A full-page background image showing a person in a red jacket and blue backpack climbing a steep, grey rock face. The climber is positioned in the middle-left of the frame, moving upwards. The rock surface is highly textured with cracks and ledges. The background is a hazy, overcast sky, suggesting a high-altitude or mountainous environment.

Roberto Banchs

Psicología del Deporte

Más allá del límite

EDITORIAL DUNKEN

Psicología del Deporte
Más allá del límite

Roberto Banchs

Psicología del Deporte

Más allá del límite

EDITORIAL DUNKEN

Buenos Aires

2024

Banchs, Roberto

Psicología del deporte. Más allá del límite.

1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Dunken, 2024.

168 p. 23x16 cm.

ISBN 978-987-85-3540-1

1. Psicología. I. Título.

CDD 796.019

Fotografía de tapa:

Jon Ander Rabadan

Impreso por Editorial Dunken

Ayacucho 357 (C1025AAG) - Capital Federal

Tel/fax: 4954-7700 / 4954-7300

E-mail: *info@dunken.com.ar*

Página web: *www.dunken.com.ar*

Hecho el depósito que prevé la ley 11.723

Impreso en la Argentina

© 2024 Roberto Banchs

e-mail: *rbanchs@gmail.com*

ISBN 978-987-85-3540-1

ÍNDICE

Prólogo: “Cuidado, concentrados”	9
Introducción	15
1. Qué es un Psicólogo del Deporte: Estrategia de presentación ante un club	17
2. Sobre las evaluaciones psicodeportológicas	29
3. Protocolo de actuación de un psicólogo del deporte.....	33
4. Etapa formativa del deportista. <i>Entre el juego y la persona</i>	41
5. Iniciación deportiva: la presión sobre los niños en el deporte <i>Análisis de la campaña multipremiada TyC Sports</i>	45
6. Pensiones juveniles para deportistas	49
7. Taller de prevención de adicciones para preadolescentes o adolescentes.....	59
8. Visualización deportiva.....	63
9. Psicología del Árbitro de Fútbol	69
10. Aptitudes Psicológicas: los pilares de la fortaleza mental del deportista	83
11. Alcanzar el éxito en el deporte <i>Análisis de la película “Juego de Honor” (Coach Carter)</i>	89
12. Reflexiones psicológico-existenciales del filme “Un sueño posible” (<i>The Blind side: The evolution of a game</i>)	99
13. La conducta observable de un deportista en situación de competencia utilizando la inteligencia emocional. <i>El caso del boxeador Nicolino Locche</i>	107

14. Mediación en la Resolución de Conflictos: Disquisiciones entre Psicoterapia y Mediación Hacia un Modelo Existenciarío de Mediación	117
15. Planteo de un conflicto en el ámbito deportivo	127
16. El nudo Gordiano: Resolución de conflictos deportivos. <i>Una aproximación al tema de los líderes y camarillas</i>	141
17. Programa de retiro deportivo	145
Epílogo	165

PRÓLOGO: “CUIDADO, CONCENTRADOS”

La imagen que ilustra la tapa de este libro es más que una fotografía; es una ventana a un momento eterno, capturado en el filo del tiempo. En ella, mi hermano Xabier avanza por el Paso del Diablo, un sendero que serpentea entre dos montañas, con el abismo a ambos lados, desafiando la gravedad y el destino. Esta imagen, que ha superado nuestras expectativas, se ha convertido en una fotografía icónica, simbolizando la esencia de nuestra aventura: la templanza entre la audacia y la prudencia, la vida suspendida en un hilo de concentración.

El Paso del Diablo se encuentra en el monte Alluitz, en los montes de Durango, en el territorio histórico de Bizkaia, País Vasco. El Alluitz es una cumbre “accesible” para aquellos que frecuentan las montañas, pero no para senderistas o paseantes sin experiencia, ya que sus pendientes de acceso a la cumbre y su arista cimera, bastante etérea, actúan como un filtro que permite que cierto tipo de montañeros alcancen la cima.

La preparación para este desafío comenzó mucho antes de atar los cordones de nuestras botas de montaña. Cruzamos el paso el domingo 1 de abril de 2012, en medio de la niebla, pero sorprendentemente, toda la roca y la hierba permanecían secas. El paso es inclinado y carece de cualquier tipo de sujeción, por lo que muchas personas optan cruzarlo reptando o arrastrándose. Sin embargo, nosotros, si no hay viento y las condiciones son favorables, nos atrevemos a pasar de pie.

Quizá por ello, con un nombre que en el imaginario popular infunde pavora, el singular lugar se convierte siempre en un viaje mental, en una serie de conversaciones internas donde la determinación, el miedo, la anticipación y la emoción se entrelazan en un diálogo constante. El temperamento irrumpe en la forma de encarar y reaccionar frente a las contingencias, los riesgos que se manifiestan en la marcha ascendente.

Desde el Paso del Diablo, contemplo el mundo, allí abajo. Es un paisaje que se extiende ante mí. Se trata de un recorrido que trasciende

lo físico para adentrarse en lo profundo del ser. Cuando decidimos cruzar el paso del Diablo, algo que ya hemos realizado algunas veces, nos dispusimos a enfrentar juntos los límites de la propia mente.

Afrontar el Paso del Diablo, en aquellas primeras y lejanas incursiones, fue trascender el límite físico y mental. De algún modo, era creer en lo imposible y luego verlo convertido en realidad. Es que, cada movimiento, requiere una presencia total, una conciencia aguda de mi cuerpo en el espacio y de mi mente en el tiempo. Y en ese espacio entre el pensamiento y la acción, encontré la verdadera fuerza.

El control de las emociones es crucial. La alegría, el temor, la euforia y la duda son compañeros constantes, pero aprendí a escucharlos sin dejar que dictaran mi camino. Si bien la meta es alcanzar la cumbre, consiste siempre en comprender el poder de la mente humana cuando nos enfrentamos a la inmensidad de la naturaleza.

En la soledad de las alturas, donde el viento susurra antiguas leyendas, el Paso del Diablo se erige como un guardián de piedra entre el cielo y la tierra. Aquí, en el monte Alluitz, los montañeros desafían la gravedad, hasta las fronteras de su psique.

Desde mi infancia, los montes de Durango han sido un lugar donde cada senda y cada roca cuentan una historia. Pero el Paso del Diablo es distinto; es un rito de paso que demanda más que conocimiento del terreno. Impone una preparación especial que supera la técnica y la experiencia. Es una danza entre la valentía y la humildad, entre la audacia y el respeto.

La psicología del deporte es el arte de navegar por el océano de la mente cuando las olas de la duda y el miedo amenazan con derribarte. Se trata de forjar una fortaleza mental capaz de resistir la presión de lo desconocido y lo inesperado. En los momentos buenos, nos brinda la confianza para avanzar; en los momentos difíciles, se convierte en el ancla que nos mantiene firmes frente a la adversidad.

El Paso del Diablo nos desafía a mirar más allá de la roca y el musgo, a sondear los abismos de nuestra mente. Las ráfagas de viento nos susurran secretos ancestrales, sintiendo la presencia de aquellos que vinieron antes que nosotros.

El camino hacia el Paso del Diablo implica un diálogo interno, una negociación entre la parte de ti que quiere retroceder y la que anhela cruzar. El clima, la humedad, el viento, la roca son datos que influyen en nuestras decisiones. Pero es el estado mental el que finalmente inclina la balanza.

La familiaridad trae consigo la confianza, pero no la complacencia. Aunque conocemos cada grieta y cada saliente, el respeto por la montaña permanece inalterable. Mi hermano y yo repetimos un mantra: “Cuidado, concentrados”. Este recordatorio nos mantiene enraizados en el presente, conscientes de que cada movimiento exige un balance entre la vida y el abismo.

La verdadera prueba no consiste en cruzar el paso, sino hacerlo manteniendo el control sobre el torbellino de emociones que amenaza con desbordarse. Es un fino baile con el peligro, donde la victoria no se mide únicamente por llegar al otro lado, sino por la maestría con la que navegamos en esa travesía. En los recurrentes tránsitos por el Paso del Diablo, el monte Alluitz y todas las extensiones de Durango, aprendimos que hay algo más que las condiciones ambientales y el estado físico. Ha sido indagarnos, conocernos y fortalecernos interiormente. Allí, donde el sol acaricia las crestas de las montañas, en este punto de encuentro entre lo humano y lo divino, encontramos respuestas a preguntas que ni siquiera sabíamos que teníamos.

Así es como su práctica selló mi destino. El montañismo es más que una actividad física; es una disciplina que desafía tanto el cuerpo como la mente. Es un espejo que refleja nuestras luchas internas. Que nos impulsa a seguir adelante, cuando flaqueamos, o cuando nos enfrentamos a la incertidumbre y la soledad de la altitud. En el monte Alluitz, donde el Paso del Diablo marca una línea entre lo conocido y lo desconocido, cada ascenso se convierte en una lección de psicología aplicada al deporte.

La naturalidad al transitar por las rutas de los montes de Durango, adquirida desde la infancia, proporciona una base sólida para cualquier montañero. Sin embargo, enfrentarse al Paso del Diablo requiere de una preparación mental que excede el conocimiento del terreno. Es un

ejercicio de introspección, donde la confianza se construye sobre la experiencia y la memoria muscular.

La psicología del deporte desempeña un papel crucial mucho antes de que el montañero se enfrente a la montaña. Es una herramienta que se afina con cada aliento y cada paso, permitiendo que el deportista se adapte a las variables cambiantes del entorno. Aunque evaluamos constantemente los elementos atmosféricos y la condición de la roca, es el estado mental el que dicta la capacidad de reacción frente a ellos.

A pesar de la experiencia y la afable relación con la montaña, el respeto y sus desafíos nunca disminuyen. El mantra “Cuidado, concentrados” resuena en nuestra mente, manteniéndonos plenamente atentos al presente. Cautela e ingente concentración. Cada movimiento, desde la tensión en el cuerpo hasta el firme agarre en la roca y la verificación de la ruta, se convierte en un ritual de seguridad y control.

El Paso del Diablo nos permite explorar la dimensión emocional del reto, ya que no es un simple desafío físico: es un espejo que refleja el estado mental del montañero. La verdadera prueba consiste en mantener la calma y la concentración, incluso cuando el hermano cruza primero. La preocupación por el otro añade una capa adicional de complejidad emocional, pero también fortalece el vínculo y la confianza mutua.

Poderoso y evocador, la preparación psicológica es un pilar fundamental en el deporte, especialmente en disciplinas que implican riesgos y desafíos significativos como el montañismo. La frase “Cuidado, concentrados” encapsula la esencia de esta preparación mental.

Es un derrotero hacia el autoconocimiento y la autogestión emocional. Para el deportista, enfrentar las presiones no es exclusivamente una cuestión de resistencia física, sino también de fortaleza mental. La montaña, con su imponente presencia, actúa como un espejo que refleja nuestras más profundas inquietudes y temores. Es el hilo invisible que teje la trama de nuestra historia en la montaña. “Cuidado, concentrados” es la clave que desbloquea la puerta de nuestras capacidades, permitiéndonos enfrentar las vicisitudes con una mente clara y un corazón valiente. Es el eco de nuestra conciencia que nos guía a través de la niebla de la incertidumbre y nos lleva a la cima de nuestros sueños.

El mantra “Cuidado, concentrados” es más que una simple advertencia; es un recordatorio de la necesidad de estar plenamente presentes en cada momento. En el contexto del montañismo, donde un paso en falso puede tener consecuencias irreversibles, esta frase se convierte en un amarre que mantiene al deportista asido en el aquí y ahora, consciente de cada respiración, cada movimiento, cada decisión.

La tensión y el estrés son compañeros inevitables en el trayecto hacia la cima. Sin embargo, la preparación psicológica permite al montañero transformar estos estados en aliados. El estrés se convierte en un catalizador para la concentración, la tensión en un impulso para la precisión. Es un equilibrio, donde la mente debe ser entrenada para trabajar en armonía con el cuerpo, canalizando la energía emocional hacia la superación de obstáculos.

“Cuidado, concentrados” también refleja la dualidad de la experiencia montañera: la cautela necesaria para evaluar cada situación y la concentración requerida para ejecutar cada acción. Es un diálogo constante entre la intuición y la razón, entre el conocimiento acumulado y la capacidad de adaptarse a lo imprevisto.

En última instancia, esta preparación psicológica es lo que permite al deportista superar los límites autoimpuestos y expandir las fronteras de lo posible. Es alcanzar la cumbre, haciéndolo con la certeza de que cada paso ha sido medido, el riesgo calculado y la emoción comprendida y controlada.

Esta obra, a la cual tengo el honor de prologar, se sumerge en el núcleo de la preparación psicológica, brindando una visión íntima de lo que implica para el deportista enfrentar y abrazar las tensiones de un desaffo atrayente y hostil. “Cuidado, concentrados” es el leitmotiv, la frase recurrente y dominante de la escena de ascensión, el motivo central que se repite y que guía al lector a través de un viaje de autodescubrimiento y triunfo personal.

Es un testimonio de la intersección entre la mente y la montaña. Narra la conquista de una cumbre, que destila la esencia de la preparación psicológica en el deporte. A través de sus páginas, el lector podrá

develar cómo la psicología del deporte puede ser un aliado invaluable en la búsqueda de superar los límites personales y alcanzar nuevas alturas.

Reflejo de esa experiencia, nos propone un diálogo entre la psicología y el deporte extremo. Una invitación a explorar cómo los límites que creemos inquebrantables pueden ser superados con la preparación mental adecuada. Espero que estas páginas inspiren a otros a buscar sus propios Pasos del Diablo y a revelar el potencial ilimitado que reside dentro de cada uno de nosotros. Que esta historia, mi historia, sea también la tuya. Que encuentres el eco de tus propias aventuras, tus propios pasos hacia lo desconocido.

Siguiendo el camino, exploraremos cómo la psicología del deporte, además de mejorar el rendimiento, enseña el valor de la resiliencia, la claridad y la calma bajo presión. Es una invitación a ir más allá del límite, a descubrir que el verdadero desafío no está en la montaña, sino dentro nuestro.

El autor, Roberto Banchs, nos ofrece más que un libro; brinda una expedición al alma del deporte. Con meticulosidad y pasión, despliega ante nosotros un camino de autoconocimiento y superación. Cada palabra es una invitación a escalar no sólo montañas, sino también las alturas de nuestro potencial. Este prólogo es el punto de partida, la primera ascensión que nos impulsa desde la quietud de la portada hacia la dinámica aventura que aguarda en cada página.

Que este prólogo actúe como la brújula que nos oriente en la exploración de nuestras capacidades, permitiendo vislumbrar el horizonte donde alcanzar nuestros sueños. Al pasar esta página, iniciamos nuestra propia travesía, señalando el comienzo de un viaje transformador en el deporte y en la vida.

Jon Ander Rabadan

“La mente necesita ser alimentada con ideas y perspectivas frescas para poder crecer y evolucionar”. Abraham Maslow

INTRODUCCIÓN

La psicología del deporte es un campo fascinante y en constante evolución que tiene el potencial de mejorar significativamente el rendimiento deportivo. En este libro, iremos a explorar una variedad de temas concernientes, desde la iniciación deportiva, la prevención de la salud, conceptos sobre evaluaciones psicodeportológicas, la personalidad del árbitro, la resolución de conflictos en el ámbito deportivo, la recuperación de lesiones, y las técnicas y habilidades sociales, destacando la inteligencia emocional, la motivación y el entrenamiento mental hasta la gestión del estrés y la ansiedad. Al efecto, también se analizan algunas películas relacionadas. Los capítulos resultan de fácil lectura, accesibles, aunque examinados con rigor y profundidad, ofreciendo una visión actualizada y basada en la evidencia que ofrece la investigación y la práctica de la psicología del deporte.

Esta obra pretende demostrar que la psicología tiene un papel crucial que desempeñar en el deporte. Durante largo tiempo se sostuvo que el éxito estaba regido únicamente por la preparación física, la técnica o pericia del jugador, y la táctica o estrategia empleada. Sin embargo, en los años sesenta empezaron a sistematizarse las condiciones que irían a sobresalir, marcando la diferencia, extendiendo las posibilidades: *la faz mental, psicológica*. Una nueva forma de ver, tratar y ejercitarse, superando dificultades y potenciando los recursos.

Es comprender que el límite de lo posible sólo existe en la mente. Y llegado el momento en que lo supera, se revela un universo de oportunidades. Sin dudas, no hay límites para quien tiene una visión, un compromiso, una pasión y una acción decidida para alcanzar las metas propuestas.

Así fue constituyéndose en un valioso *plus* para el triunfo, logrando objetivos más ambiciosos que los trazados, en el tiempo en que sólo se

confiaba en aquellos tres iniciales componentes. No obstante, la fortaleza mental ha sido desde siempre una cualidad intuitiva, asistemática, a veces excepcional o desapercibida, no integrada en forma metódica a las prácticas deportivas. Ciertamente, la situación cambió, aunque ofrece algunas resistencias, en particular, por desconocimiento del rol del psicólogo del deporte. Dar claridad al concepto será nuestro primer paso en la lectura.

Aludiendo al título del libro, se podrá observar cómo la mente tiene un gran poder para influir en el rendimiento físico y cómo se puede entrenar para mejorar las capacidades y habilidades atléticas. La psicología del deporte ofrece la oportunidad de desafiar nuestras propias fronteras, explorar nuestro potencial, descubrir fortalezas y debilidades, enfrentar miedos y obstáculos, superar dificultades y problemas, alcanzar metas y sueños, y trascender nuestra realidad. En síntesis, nos permitirá ir más allá de lo que creíamos posible.

A través de sus páginas, examinaremos una diversidad de cuestiones relacionadas con el rendimiento deportivo y subrayar el rol decisivo que tienen los procesos mentales y emocionales. En tal sentido, el vínculo central y propuesta consistirá en la formación, la evaluación, la prevención, el acompañamiento profesional y el empleo de los instrumentos capaces de asistir a los atletas a afrontar los distintos retos, mejorar su motivación y concentración, el trabajo en equipo y la comunicación, hasta la formulación de un programa para afrontar el ineludible momento del retiro, entre otros. Allí donde la psicología del deporte tiene el potencial de apuntar una diferencia reveladora.

Al aplicar los principios de esta rama del conocimiento, abierta a nuevos escenarios, los atletas pueden mejorar su performance, superar los desafíos y alcanzar su máximo potencial. Situados en la senda de la obra, esperamos que este dossier se constituya en una fuente de información sobre la psicología del deporte, y en una valiosa herramienta para atletas, entrenadores, psicólogos y cualquier persona interesada en una comprensión más profunda de cómo la intervención psicológica puede ayudar a mejorar el desempeño y a superar las vicisitudes que se enfrentan en el deporte.

1. QUÉ ES UN PSICÓLOGO DEL DEPORTE: ESTRATEGIA DE PRESENTACIÓN ANTE UN CLUB

Resumen: Planteo del hipotético caso de un Psicólogo del Deporte ante un club para explicar cuál es su rol profesional. Tratándose de una situación posible, con matices conjeturales, ayuda a pensar cómo debiera afrontar tal escenario. La comunicación y la creatividad se formulan como las bases de esta presentación. En vez de exponer directamente las definiciones y contenidos, atendiendo las habituales resistencias a la figura del PD, fundada en la escasa información, recelos y prejuicios, proponemos conducir el diálogo con el interlocutor utilizando la *dialéctica* como recurso y técnica de aproximación a la psicología del deporte.

Palabras Clave: Psicólogo del deporte – rol – comunicación – creatividad – estrategias – deportista integral.

La Psicología del Deporte es una especialidad relativamente nueva y resistida en varios ámbitos deportivos. Por lo general, frente al desconocimiento de sus funciones, confundiéndola con frecuencia con la clínica. La desconfianza y los prejuicios son parte del problema inicial. Esto debe ser muy tenido en cuenta para afrontar una entrevista, sea con la dirigencia, con el cuerpo técnico y con los mismos deportistas.

La intervención del Psicólogo del Deporte en la actividad futbolística, entre otras, suele ser resistida con ciertos recelos, mostrándose en contra de lo que se le ofrece o propone. “En tiempos en los que la cabeza parece dominar todo –dice Germán Diorio (2013) –, el deporte todavía intenta resistirse a la inclusión de los psicólogos”. En la dirigencia, por ejemplo, es opinión extendida que el profesional brindará una psicoterapia (resabio de la usual formación clínica del psicólogo), o abordaje semejante, y que además “*requerirá de un tiempo que la urgencia e intensidad del torneo no lo permite*” (sic). Este es uno de los argumentos escuchado repetidas veces.

Entre los jugadores adultos, en ocasiones, también puede vérselo como un potencial “buchón” (argot argentino), soplón o delator, denun-

ciándolos a sus espaldas o contando sus secretos. Si un jugador no integra el equipo titular puede asomar la sombra de un fantasma.



Por eso el psicólogo tendrá que trazar la estrategia más adecuada para plantear correctamente en qué consiste el rol de asesor psicodeportológico, interviniendo en la tarea preventiva, mediadora, motivadora, quehacer psicosocial, así como sus responsabilidades, alcance y delimitación laboral. Es necesario disipar toda duda para

generar la confianza capaz de vencer las resistencias.

El arribo del psicólogo deportivo a una institución no suele ser fortuita, casual, sino, obrada por la sugerencia o demanda de alguien próximo o perteneciente al club. El bajo desempeño de los equipos –planteles–, y las recurrentes contrariedades originadas por los jugadores dentro –a veces fuera– del campo de juego, impulsan a buscar una salida o solución. No obstante, la apertura a esta disciplina va siendo aceptada por la elite deportiva y por los clubes donde se practican diversos deportes de alta competencia.

La presentación del profesional debe ser sucinta y concreta. Mencionar el título habilitante y especialidades, además de su experiencia, son suficientes. El mayor interés ha de ser la actividad dispuesta a desarrollar. Una síntesis curricular del psicólogo focalizada en las redes sociales profesionales, como LinkedIn, Viadeo o Universia, puede permitirles conocer en detalle el recorrido profesional y habilidades (perfil, aptitudes, formación académica, experiencia, ventajas y logros significativos en el campo laboral).

A pesar de que el foco está puesto en la actividad, sintetizando lo que hace, resulta fundamental la **comunicación**. Una comunicación abierta, directa y fluida, que propicie el buen clima, utilizando las herramientas para *empatizar*, con un lenguaje verbal claro, sin descuidar el corporal y paraverbal.

Exhibir una actitud positiva, de compromiso y ganas. Para exponer una idea, un tema, es conveniente –acaso, ineludible– haber aprendido a hablar en público, liderarse a sí mismo, desplegar un espíritu emprendedor, trabajar en equipo y mostrar capacidad de cambio. Un sinnúmero de aspectos que, tal vez, una entrevista no alcance para exponerlas, pero necesarias para cualquier situación que se presente, tanto para el desarrollo profesional como para la vida en general.

En ese marco, irá a desarrollar y establecerse el propósito y los objetivos. Sin embargo, es esencial desplegar la **creatividad**. Cualidad que haga que las presentaciones impacten a la audiencia. Llamar la atención es un paso previo a despertar el interés. Y, al efecto, demanda poseer inteligencia, destreza y tacto.

Al planteo inicial, de cómo hacer una presentación ante un club para explicar qué es un psicólogo del deporte, en vista –quizá– de contratar sus servicios, pudiere procederse –erróneamente– de manera simplona, poco perspicaz, sin imaginación, exponiendo una definición *de libro* con algún avance.

La opción que elija hablará de la habilidad profesional, en tanto que se disponga del tiempo suficiente. La dirigencia debe saber escuchar, sin interrupciones. Mal podrá evaluar el planteo y estrategia utilizada habiendo escuchado un menguado fragmento.

En consecuencia, proponemos algo más creativo, de manera que vaya llevando al interlocutor al tema y descubra qué es nuestra especialidad y para qué sirve. Por supuesto que para llegar a esta instancia habremos realizado una **tarea exploratoria** del desempeño de un deportista –si se trata de un juego individual– o de la actuación del equipo, en el caso de un juego colectivo. Para un mejor desarrollo, en adelante, haremos hincapié en este último.

Una forma de iniciar la conversación, ya sobre la materia, es preguntarle:

¿Sabe usted qué es la Psicología del Deporte?

Es probable que no se escuche una definición muy precisa, o que la respuesta sea decididamente negativa. De haber tomado cierta previsión, puede que algunos sí. Para el caso, consistirá en proponer intentar traer ejemplos prácticos para que vaya a comprenderse.

Es pertinente señalar que el psicólogo del deporte comente aquí que ha visto los **videos** de todos los partidos de la temporada del equipo, ya que usualmente –por gestión del cuerpo técnico, o la dirigencia– se tiene contratado los servicios de video bajo demanda, esto es, una empresa que filma los partidos para luego proceder al *videoanálisis* –dotado de software de última generación– el trabajo de los equipos (Scapparone, 2021) ¹. Un paso primordial que establecerá singular atención y curiosidad, al estar más familiarizado con el juego que viene dándose, además de haber asistido como espectador a algunos encuentros. Todo esto constituye una tarea preliminar, que denotará seriedad y compromiso.

Un paso siguiente es señalar que también ha accedido y examinado todas las **crónicas periodísticas**.



Llegado a este punto, puede comentarse que, disponiendo de un limitado conocimiento de otras facetas ajenas a la psicología del deporte, el plantel parece tener (hipotéticamente) una buena preparación física, buena técnica y

hábil estrategias de juego. Sin embargo, según el caso, no está en las más altas posiciones de la tabla o no ofrece el mejor y regular desempeño colectivo esperado.

¹ Este bloque también abarca todos los complementos tecnológicos utilizados para la mejora directa de las capacidades físicas y del rendimiento mental del deportista. Se dispone de todo lo relacionado al análisis del video, softwares específicos para estos, plataformas de partidos y Big Data como WyScout, Mediacoach o InStat. En cuanto al análisis de video se destacan los programas NacSport, ERICsport, LongoMatch o SportsCode.

¿Qué ocurre?

Frente a la pregunta, pueden darse variados intentos de explicación o argumentaciones por parte de la dirigencia, los cuales serán escuchados con atención.

En esta instancia se da otro punto crucial. Provisto de un caudal informativo, el psicodeportólogo puede extraer de las **crónicas periodísticas** una serie de títulos, apostillas, observaciones, etc., que pasará a mostrar a modo de ejemplos. He aquí algunas en soporte físico:

- **Caso 1)** Se producen *expulsiones* de jugadores y de algún asistente. Actitudes que parecen haberse originado en reacciones de los deportistas frente a las verbalizaciones o actitudes de los rivales: insultos, agravios, manoseos, etc. El *exceso emocional*, con ira, les hizo reaccionar, siendo expulsados.
- **Caso 2)** En partidos claves se observan *imprecisiones*, que revelan estar atravesando *situaciones estresantes*. De hecho, hay menos partidos ganados de visitante que como local (algo usual).
- **Caso 3)** Al equipo le convierten dos *goles* seguidos por estar “fuera del partido”, en “otra cosa”, según indican las crónicas periodísticas. La atenta observación del partido pone en evidencia la *falta de atención y concentración*.
- **Caso 4)** Después de seis partidos sin perder, visita a un equipo flojo que le convierte un *gol de entrada*. Se *desmorona* y sin llegar a recuperarse, termina perdiendo por goleada. El *exceso de confianza* y la *desvalorización del rival* no son aliados.
- **Caso 5)** De vuelta a jugar de local, el equipo comete muchos *errores*. Se observa que le prestan particular atención a lo que dicen desde la tribuna, tras la derrota del partido anterior. La *presión de la parcialidad* juega un papel preponderante por falta del resultado esperado, convirtiéndose en *distractores externos*. Los salva un agónico empate.
- **Caso 6)** La *forma de posicionarse* frente a algunos rivales, revela la *falta de confianza*, que se expresa en derrotas.

- **Caso 7)** Jugadores nuevos a quienes no se les pasa la pelota, perdiendo varias ocasiones de gol. Marginación, *camarillas* y/o distorsiones cognitivas.
- **Caso 8)** *Lesiones*. Las reiteradas lesiones en un jugador, que revela en el juego problemas emocionales (exceso emocional, ira, depresión, u otras)².
- **Caso 9)** Haciéndose eco en la prensa, en juveniles, hubo una *pelea entre padres* de jugadores del mismo club. Adentro, niños angustiados o replicando con la misma violencia. Falta de *contención* y entendimiento de los roles.

Volviendo a los miembros de la Comisión Directiva, vale preguntar:

¿Cómo encuadrarían estas situaciones? ¿acaso en lo físico, en lo técnico, en lo táctico...?

Definitivamente no. Aquí nos acercamos a la respuesta de la pregunta original sobre qué trata la Psicología del Deporte. La misma deberá surgir del dirigente –de ese interlocutor– en el diálogo, en la conversación, con el psicólogo deportivo.

La técnica argumentativa propuesta frente al escepticismo, recelo o prejuicios sobre la psicología del deporte es la *dialéctica*³. Esta es, *la teoría y técnica de dialogar para ir descubriendo la verdad mediante la exposición y confrontación de razonamientos y argumentaciones*. No

²Las situaciones descritas no sólo se dan en jugadores jóvenes, sin experiencia, o en veteranos que vienen de muchas lesiones. Un caso es el de Lionel Messi, durante la temporada 20/21. Cuando quiso irse del Barcelona y no pudo, “hilvanó un comienzo tibio y con molestias físicas, motivadas un poco por el desborde emocional”, según el diario español de información deportiva online Marca (27 ago, 2022). “Algo similar le ocurrió en el comienzo de la temporada, ya unido al club PSG tras ganar la Copa América, sin poder realizar la pretemporada y, por ende, sufrió lesiones durante el primer trimestre de las competencias”.

³El método dialéctico platónico surge como un perfeccionamiento de la mayéutica de su maestro, Sócrates. Este método se encuentra en los diálogos de la primera época platónica. La mayéutica se basa en el preguntar, siendo que Sócrates, enfrentado con un problema, preguntaba a alguien la definición o fundamentación de algo, o frece un movimiento ascendente en busca de la comprensión cada vez más universal de la realidad, que culminaría en el conocimiento de la idea. Estos conceptos serán retomados por el psicoanálisis, en la praxis freudiana.

obstante, el ámbito y el alcance de esta rama de la filosofía ha variado de modo significativo a lo largo del tiempo. La idea es ir llevando a nuestro interlocutor durante la entrevista a sus propios interrogantes, confrontaciones y descubrir el rol fundamental que desempeña la mente en la competencia y en toda la actividad deportiva.

Al antiguo y obsoleto esquema del deporte, reducido a la tríade: lo **físico**, lo **técnico** y lo **táctico**, surge una luz al darle una mirada *integral* que incluye lo **mental**, y el amplio contexto del jugador. En la conversación (*dialectikós*), se procurará ordenar y ver con claridad, sin forzar la percepción o interpretación de los hechos. El propósito es conducir el diálogo a fin de reestructurar el pensamiento del interlocutor sobre la realidad, hasta entonces reducida o fragmentada⁴, y reemplazarla por una noción más amplia, la del *deportista integral*, que tiene una historia y una conexión interna y externa con otras cosas. La concepción general es que el ser humano está concatenado e interconectado, en constante cambio y transformación.

El *jugador integral* se forma y apoya en el entrenamiento mental, para mejorar su rendimiento. Es el *plus* que poseen los grandes equipos en ventaja frente a aquellos que aún no se han dado cuenta de la importancia de la mente en el deporte.

Ahora sí, vayamos a la definición de esta especialidad. Aunque existen muchas, coinciden en que se trata del trabajo con deportistas o equipos deportivos que quieren mejorar su rendimiento o llegar a la alta competencia. Recordemos una muy difundida:

La psicología del deporte consiste en la *evaluación y entrenamiento de habilidades psicológicas* frente a la situación de competición deportiva y *la mejora de su rendimiento*.

⁴ Justamente, para revertir el pensamiento dicotómico, fragmentado, se debe promover desde edades tempranas la flexibilidad cognitiva, la cual permitirá —entre otras— una mayor habilidad en la resolución de problemas.

¿Qué hace entonces el Psicólogo del Deporte frente a estas situaciones?

Desarrolla técnicas e instrumentos propios, y se basa en una labor preventiva.

Precisemos entonces que el PD despliega, potencia y optimiza los recursos que posee el deportista. Desde esta perspectiva, siguiendo lo expuesto líneas arriba, el entrenamiento de *deportista Integral* se basa en lo: Físico + Técnico + Táctico + *Mental*.

Se considera que la *fortaleza* del deportista es sobre todo *mente*, la cual ejecuta los procesos básicos del pensamiento, siendo de primordial influencia en las conductas. La *fortaleza mental* es un rasgo de la personalidad que determina las respuestas al estrés, la presión, los desafíos y las oportunidades, que se alcanza atendiendo las áreas cognitiva, emocional y conductual, en un contexto.

Físico + Técnico + Táctico + *Mental* (fortaleza mental).

¿En qué consiste la tarea del Psicólogo del Deporte?

La extensión a esta pregunta dependerá del tiempo e interés por conocer el campo o tarea del PD. En este capítulo iremos a desplegarla, con cierta holgura, aunque –por obvias razones– no todo será expuesto en una situación de entrevista.

Puede sintetizarse en dos áreas: la **evaluación** y el **entrenamiento mental**.

Examinemos sucintamente la primera:

I. Evaluación: Básicamente evalúa la *fortaleza mental*, a través de:

- Cuestionarios (CEMD, IDEP, CPRD, et al.).
- Test.
- observación.
- Datos aportados (por el deportista, compañeros y el entrenador).

Qué se evalúa:

- Grado de dominio que tiene sobre sí mismo.
- Habilidades y Recursos.
- Resiliencia.
- Integración grupal, adaptación.
- Disciplina: Frente a la autoridad, a sus compañeros y a la actividad.

En cuanto a la segunda, debe advertirse que hay algunos instrumentos utilizados en la evaluación, que le permitirían al deportista ir dándose cuenta de su estado (siempre cambiante, dependiendo del momento y las circunstancias) para optimizar sus recursos. Avancemos, pues, en el área del entrenamiento de las habilidades psicológicas y la mejora de su rendimiento.

II. Intervención: Desarrolla, potencia y optimiza los recursos que posee el deportista.

Los instrumentos que emplea son muy diversos. Algunas de las herramientas utilizadas y que entrenan los deportistas para el conocimiento, dominio y control de sí mismos son:

- Autoconocimiento.
- Relajación.
- Visualización.

Enumeramos algunas –integradas incluso a la evaluación–, vinculadas a las *habilidades mentales*: concentración, atención, motivación, autoconfianza y comunicación:

- Técnicas de Visualización (involucrando todo el campo sensorial).
- Auto diálogo.
- Práctica de Imaginación.
- Autorregistro (autoconocimiento).
- Test del Dibujo del deportista Ideal.
- Técnica de Relajación de Jacobson.

- Mindfulness (Atención Plena).
- Técnica de los 10 deseos y 5 temores.
- La Pirámide Deportiva.
- et al.

El rol del Psicólogo del Deporte es descrito del siguiente modo:

- ✓ Se ocupa de la asistencia a deportistas, atletas, equipos, como también asesoramiento a entrenadores y profesores de educación física.
- ✓ El asesoramiento y asistencia se encuentra enfocado a optimizar los recursos personales del deportista y a contribuir en el progreso de la calidad del manejo táctico y de comunicación.
- ✓ Realiza perfiles psicodeportológicos para identificar las variables mentales a potenciar.
- ✓ Instrumenta técnicas para el entrenamiento de las habilidades mentales: concentración, manejo de estrés, control de ansiedad, miedos confianza entre otras variables a entrenar.
- ✓ El ámbito de trabajo no se limita al consultorio, sino que se extiende al campo mismo de la actividad física: gimnasio, cancha, club, etc.
- ✓ El secreto profesional rige del mismo modo que en la práctica clínica. Salvo que con el consentimiento del deportista se intercambie información con el cuerpo técnico con el fin de optimizar las mutuas intervenciones.

Asimismo, los profesionales especializados en esta área de la psicología pueden desempeñarse también en la investigación, la docencia y la consultoría o el asesoramiento (Florean, 2012).

Consideraciones finales

Hemos ido discurrendo sobre la pregunta que impulsara este capítulo inicial: *qué es la psicología del deporte*. Al intentar responder, se torna inevitable tropezar con la resistencia que tiene, o ha tenido, durante años. La ignorancia o falta de información y los prejuicios sobre la psicología en general –y aún más su aplicación en el deporte– son

parte del problema. Sin embargo, la investigación, los progresos y los logros alcanzados en las últimas décadas han abierto la posibilidad de introducirnos en variados campos de la escena deportiva.

Plantear la manera en que un psicólogo deportivo pudiere presentarse ante la dirigencia de un club y describir cuál es su labor, constituye un desafío que requiere apelar a la inteligencia, a la destreza y al pensamiento creativo para vencer aquellas resistencias, que aún persisten en muchos ámbitos, a la par de darle justo valor a su función profesional.

Desde luego, la psicología del deporte no es una pócima extraordinaria que irá a modificar sola, repentina y sustancialmente el desempeño deportivo. Se tendrá que ejercitar la mente, del mismo modo en que se entrenan las habilidades físicas y técnicas, articuladas con la táctica, para lograr un nivel óptimo *frente a la situación de competición deportiva y la mejora integral de su rendimiento*.

Las *habilidades psicológicas* han ido adquiriendo mayor relevancia en todas las actividades humanas, entre ellas, de manera especial en la vida deportiva. La Psicología del Deporte se constituye, por tanto, en una herramienta de gran importancia que enriquece su desempeño, mediante una labor interdisciplinaria. Queda, pues, saber emplear y transmitir los beneficios que trae para el deporte en general y los deportistas en particular.

Referencias

- Diorio, Germán (2013). *El psicólogo del club* (p. 11). El Arco.
- Enratxa.com (26 de abril de 2020). *Nuevas tecnologías utilizadas en el mundo del fútbol*. Recuperado de <https://enratxa.com/es/nuevas-tecnologias-utilizadas-en-el-mundo-del-futbol>
- Florea, Alejandra (2012). Introducción a la psicología del deporte. *Psicologosdeldeporte.com*. Recuperado de <https://psicologosdeldeporte.com>
- Scapparone, Facundo (15 de marzo de 2021). La tecnología llegó para cambiar al fútbol. *El Equipo*. Recuperado de <https://elequipo-deporte.com/2021/03/15/la-tecnologia-llego-para-cambiar-al-futbol/>

2. SOBRE LAS EVALUACIONES PSICODEPORTOLÓGICAS

Resumen: Breve introducción al tema, basado en conceptos fundamentales, que el lector hallará en la amplísima bibliografía existente. Es sabido que el psicólogo está familiarizado con los procedimientos de evaluación psicológica, sistematizados en observación, entrevistas (comunicación) y varias pruebas proyectivas y psicométricas, empleadas en la labor clínica y pericial. Sin embargo, el acercamiento a la actividad deportiva, en el ámbito institucional, lleva a descubrir y aplicar los métodos enfocados en el deportista. En particular, la entrevista semidirigida y la observación en el campo. En menor grado, las pruebas diagnósticas, tales como Toulouse, de los 30 miedos, etc. Asimismo, algunas otras técnicas conocidas pueden ser adaptadas, en especial, las proyectivas con imágenes alusivas y un cuestionario pertinente. Los repertorios *autoevaluativos* y autorregistros también se constituyen en magníficos recursos a utilizar (reestructuración cognitiva, visualización, test del constructo motivacional, etc.).

Palabras Clave: Evaluaciones psicodeportológicas – deporte base – alto rendimiento.

Su utilidad para optimizar el rendimiento del deportista

Las evaluaciones psicodeportológicas resultan de gran valor para tener una percepción de las necesidades psicológicas a entrenar y otras cuestiones relacionadas, pudiendo servir de utilidad para los agentes deportivos influyentes, tales como el entrenador, preparador físico, representante, compañeros, fisioterapeuta y otros profesionales. La información que se desprende a través del informe, puede resultar muy provechoso para los coordinadores en el trabajo con el deportista, disponiendo de las herramientas para prevenir conductas, potenciar sus habilidades y la fortaleza mental necesarias para el alto rendimiento.



Los métodos (entrevista, observación y test) se van adaptando a las demandas del deporte, a la

categoría, el área de desempeño y a la creatividad del psicólogo. El modo en que puede ser ventajoso dependerá de varios factores.

- a) **Deporte base:** de iniciación deportiva, consiste en una evaluación atento a los vaivenes de la edad y pensamientos, con el propósito de obtener un buen desarrollo en el rendimiento, orientado al desempeño integral (biopsicosocial), por cuanto el deportista se encuentra en la faz formativa. El rol de educador-formador, con hincapié en la salud mental, el equilibrio y el éxito deportivo.
- b) **Alto rendimiento:** Enfocado en lograr un óptimo resultado en la competición. En ambos, la oportuna y correcta evaluación del psicólogo, a requerimiento de quien la demande, será decisiva para el futuro del deportista. Inclusive tratar en conjunto, en equipos de trabajo, u orientarlos en los ejercicios para el desarrollo de ciertas habilidades (Roffé, 2009; Roffé, 2015).



La función primordial es que el deportista alcance la máxima utilización de aptitudes y recursos mentales para competir en las mejores condiciones psicológicas, siendo reconocibles y posibles de lograr a partir de los informes que arrojan las evaluaciones psicodeportológicas. Del mismo modo en que los reportes médicos, kinesiológicos y otros, ayudan a tratar al deportista. En este caso, corrigiendo, mejorando, superando obstáculos, haciendo consciente todas las dificultades que son dominio de la mente, del pensamiento del deportista. Cual fuere el lugar de trabajo (cuerpo técnico, departamento médico o consultoría externa), todos convergen a la optimización de los recursos para afrontar los desafíos deportivos (Wightman et al., 1994). Acertada la letra de una canción de Luis A. Spinetta (1971): “Después de todo, tú eres la única muralla, si no te saltas, nunca darás un solo paso”.

Referencias

- Berti, Eduardo (1988). *Spinetta: crónica e iluminaciones* (pp. 30-31). Editora AC.
- Lentini, Néstor A., Rodríguez Papini, Hugo, Wightman, Patricia (Comp.), Ucha, Francisco, Wiedmercabrera, Nélica, Wortelboer, Gerardo, Giscafne, Nelly, Esteves Griego, Fernando, Espina, Daniel, Israelevich Marasas, Leonardo, Iannone, Lilian, Arias, Walter, Erdociain, Luis, Guzmán, Orlando, Innoceta, Sebastián, Fenili, Alfredo, Jaritonoff, Hugo, Korn, Adriana y Mouche, Mario (1994). Alto rendimiento. Entrenadores y filosofía del trabajo en *La Fuerza para Ganar* (pp. 35-42). Editorial 20&10.
- Roffé, Marcelo (2009). *Evaluación Psicodeportológica – 30 test proyectivos y psicométricos*. Lugar Editorial.
- Roffé, Marcelo (2015). *Psicología del jugador de fútbol: con la cabeza hecha pelota* (cap. 6, 1.ª ed., 6.ª reimp. , pp. 81 y ss.). Lugar Editorial.
- Spinetta, Luis Alberto (1971). La búsqueda de la estrella [Canción]. En *Spinetta-landia y sus amigos*. RCA Groove.

3. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN DE UN PSICÓLOGO DEL DEPORTE

Resumen: Este capítulo ofrece el protocolo de actuación de un psicólogo del deporte, tomando como ejemplo el caso de un jugador de fútbol que presenta una lesión muscular, llevándole cuatro semanas de inactividad. El protocolo incluye el trabajo interdisciplinario, explicando las competencias del rol.

Palabras Clave: Protocolo de actuación – psicólogo del deporte – competencia de roles – incidencia – re inserción – restablecimiento.



La situación planteada ocurre en el ámbito de una institución deportiva, donde se practica fútbol en una de las categorías profesionales, y el jugador ha tenido una lesión muscular (p. ej., un desgarro grado 2), debiéndole llevar unas cuatro semanas de inactividad. Junto con el psicólogo, irá a requerirse –al menos– la intervención interdisciplinaria de un *médico* y un *kinesiólogo*. No obstante, tendrán gran impor-

tancia el entrenador (director técnico), el preparador físico, la familia y los compañeros de equipo, entre otros, todos conductores para el buen resultado del proceso de rehabilitación.

El psicólogo del deporte, o psicodeportólogo, podrá cooperar eficazmente en la óptima recuperación del deportista, removiendo los obstáculos que lo frenan para desenvolverse normalmente. Figura de la cual nos ocuparemos detalladamente más adelante.

Competencias de roles

El tratamiento abarca varias etapas: la *médica*, propiamente dicha, la *fisio-kinesiológica*, la *psicológica* y la *rehabilitación en campo*. Todos los profesionales deben observar al paciente como una totalidad, con una visión amplia que permita ver la multicausalidad en el síntoma, y no focalizarse únicamente en la zona de la dolencia.

- **Médico:** Uno de los primeros profesionales que examina al jugador. Evalúa el tipo y grado de la lesión, o traumatismo (Tx). Requerirá someterlo a pruebas, tales como radiografías (Rx) y resonancia magnética (RNM). En su carácter de médico tratante, lleva el control de la evolución del paciente y lo deriva, con las debidas indicaciones, al kinesiólogo. Es quien le dará, en definitiva, el alta médica.
- **Kinesiólogo:** El rol que cumple incluida la relación kinesiólogo-deportista es fundamental. Con una gran cuota de angustia, ansiedad



y dolor, debe hacerle notar que su lesión no es invalidante, que en breve tiempo estará nuevamente en actividad y que, además de utilizar agentes físicos (ondas, electricidad, agua), cuenta con la moderna aparatología fisioterápica, los medios kinesioterápicos necesarios y su experiencia, apelando a técnicas coadyuvantes anexas para lograr la máxima eficacia del tratamiento en colaboración con el médico tratante (Jaritonoff, 1994).

- **Preparador físico:** Será quien reciba al jugador una vez restituido a las prácticas deportivas. Tendrá que brindarle particular atención y proceder mediante una actividad diferenciada (acondicionamiento físico, trote o corrida en un circuito, progresivos ejercicios de elongación y fuerza, sin choque), con esfuerzos progresivos. No obstante, tendrá que observarse muy bien si el plan de entrenamiento se lleva a cabo adecuadamente, siendo –en ocasiones– un factor de riesgo

importante que puede contribuir a las lesiones deportivas. Un posible indicador es la aparición continuada de varios jugadores del plantel con lesiones.

- **Entrenador:** Algunos técnicos –los menos– aíslan a los deportistas lesionados de sus compañeros de equipo, haciéndoles sentir *sin importancia* –entre otras– durante el tiempo que dura la lesión. Por eso, se tratará de no aislarlo, apartarlo ni ignorarlo, y sí enviar un claro mensaje que sigue siendo parte integrante del plantel. Nada más contraproducente sería para la recuperación rápida de la lesión. El período durante el cual está recuperándose es crucial para edificar o construir la autoestima. Precisamente, debe contribuir a fortalecer la moral del jugador y del grupo –que se ve afectado– a través de nítidos gestos.
- **Compañeros de equipo:** Factores de socialización e interacción, importantes para una eficaz recuperación. Requiere presencia, apoyo, motivación, integración al grupo, aunque no esté jugando.
- **Familia:** Asistencia o ayuda ocasional, de acuerdo a las circunstancias. Respuesta positiva frente a la exhortación de afecto. Tolerancia, contención y comprensión frente a eventuales reacciones emocionales negativas (usuales ante lesiones, con él mismo y con su entorno). Si no se manejan con cuidado pueden retrasar o impedir el paso final.
- **Periodistas, público partidario:** La suspensión de la actividad deportiva del jugador puede constituirse –eventualmente, y por cualquier razón– en objeto de apoyo o crítica, vulnerando los sentimientos emergentes causados por la situación del deportista. Podría resultar positiva o negativa para su recuperación. La responsabilidad recae en periodistas y líderes partidarios, requiriendo a veces la acción mediadora para morigerar algunas acciones.

En suma, en el ámbito profesional, se trata de un proceso que debe tener en cuenta el valor de trabajar interdisciplinariamente, con mente abierta, sin cerrarse en la especialidad. Y ponderar que, así como las lesiones suelen desencadenarse por factores pluricausales, el entorno influye para que el futbolista alcance su íntegra optimización.

Protocolo de actuación del psicólogo deportivo

Desde nuestro punto de vista, se pueden trazar tres fases o etapas concernientes a la referida lesión muscular de un jugador de fútbol: **I) Incidencia;** **II) Restablecimiento;** y, **III) Reinserción.** Iremos a detallarlas:

I. Incidencia

Momento preciso en que el jugador tiene la lesión, y consecutivos. En lo inmediato, el equipo médico debe intervenir para conocer su estado general e inmovilizar la región lesionada. El tratamiento empieza con el método o técnica R.I.C.E. (o HICER), sigla del inglés: *reposo, hielo, compresión y elevación*, desarrollada por el médico estadounidense Gabe Mirkin a finales de los años sesenta (Sánchez Sendra, 2020; Intermountain Hearthcare, 2018). Este tratamiento kinesiológico de urgencia será válido para todos los grados y formas, antes que el galeno determine la conducta a seguir. Los médicos suelen también prescribirlo para ayudar a reducir el dolor y la hinchazón tras la lesión, tal como un desgarro, esguince, moretón o golpe. El futbolista será prontamente conducido a efectuarse los respectivos estudios (Rx, RNM).

La actuación del psicólogo ocurrido el episodio, es observar el comportamiento del futbolista. Sus aspectos cognitivos y en particular, emocionales. Intervenir si es preciso. Aunque se trata de jugadores profesionales que, en la práctica deportiva, están habitualmente expuestos a las lesiones, tanto en competencias como en entrenamientos.

II. Restablecimiento

Etapas de restablecimiento o recuperación de las funciones. Inicia la fase fisio-kinesiológica. El médico tratante, conforme al cuadro, cursa las indicaciones al **kinesiólogo** y en forma simultánea, es abordado por el psicólogo deportivo. El kinesiólogo empleará las terapias habituales que ayudan con el proceso de sanar las lesiones deportivas, incluyendo el uso de electroestimulación, crioterapia, termoterapia, ultrasonido y masaje.

El **psicólogo**, trabajando coordinadamente con el cuerpo médico, procederá a hacer una minuciosa exploración del jugador, para su evaluación, habida cuenta de los siguientes **registros**:

- a) *Datos personales*: Nombres, apodo, lugar y contexto de origen, grupo familiar, amigos, estudios, expectativas, vivienda actual, vehículo, etc.
- b) *Registros físicos*: estado físico, composición corporal, acondicionamiento físico (fuerza, potencia muscular, y otros), estatura, peso, edad, muscular, osificación, etc.;
- c) *Registros deportivos*: categoría, puesto, score, trayectoria, representante, tiempo en la institución, adaptación al grupo, etc.;
- d) *Registros médicos*: estado de salud, enfermedades, alimentación, otras lesiones que haya tenido, tiempo transcurrido de su última lesión y localización, reincidencias, etc. (en cuyo caso, cómo ha sido su evolución psicofísica); y
- e) *Registros psicológicos*: todo lo concerniente a su estado psíquico y psicosocial, incluyendo factores estresantes vitales y capacidad de afrontamiento, trastornos y alteraciones atencionales, motivación, etc.

En la situación actual, seguirá por indagar todo lo concerniente a las circunstancias en que se produce la lesión. Manejo de la ansiedad, miedos, ira, etc. Riesgo de lesionarse por factores emocionales anteriores. Conflictos recientes. Entrecruzamiento de lesiones y estado psíquico.



Las **entrevistas** (estructuradas y abiertas) es paso importante en el conocimiento del futbolista, ahondando en los *factores intrínsecos* y *extrínsecos*. En particular:

a) las características de la personalidad que pudieren predisponer al desarrollo de lesiones, y b) la historia de eventos estresantes de la vida diaria. Cómo reaccionó frente a los obstáculos o situaciones traumatizantes.

Las mismas se complementan mediante la aplicación de *test o pruebas* para conocer el estado emocional y la evolución del deportista. También, a través del trabajo interdisciplinario, la *consulta profesional* con el cuerpo médico, en particular, el kinesiólogo, de quien podrá obtener apreciable información. Es que, sin duda, la lesión afecta la coalición cuerpo-mente, donde ambos se participan e intercambian señales. A veces, el agravamiento, la lentitud o la rápida recuperación son alternativas posibles en el cuadro descrito.

Valdrá observar la conducta del futbolista y sus verbalizaciones: qué dice, dónde, cómo las expresa y en qué momento después de la lesión, atendiendo las respuestas emocionales, así como el manejo de las expectativas (temores, miedos), siendo frecuentes las siguientes reacciones: negación, irritabilidad, pensamientos negativos, ambivalencia emocional y tristeza (comunes al duelo). De ahí la importancia de mantener al deportista *motivado y orientado* para trabajar en el proceso de rehabilitación.

A su vez, la progresión de exigencias, la variedad de ejercicios y el ajuste individual del entrenamiento son aspectos cardinales. Uno de los recursos más efectivos para salir del tedio y sentirse útil en ese período de in-actividad, es buscar *actividades alternativas*. Por ejemplo, promoviendo que se sienta integrado a la vida deportiva, como puede ser la adquisición de nuevas habilidades, capacitándose en técnicas, tácticas o aspectos relacionados.

En muchos casos, el *uso de técnicas* como la relajación, la meditación, el biofeedback, sirven para que el lesionado aprenda a controlar el cuerpo para el mejoramiento de la salud, tanto física como mental, siendo este uno de los objetivos, en conjunto con el equipo de kinesio-logía. Todas las técnicas que puedan detectar y trabajar los bloqueos emocionales que emergen con la lesión, sirven al mismo propósito.

El *método de visualización* forma parte de una de las técnicas más populares manejadas por los deportistas y entrenadores. Inclusive, para hacer frente a la lesión: los participantes la utilizan como un sustituto para la práctica deportiva. o tra forma también es imaginarse un número

de repeticiones del gesto técnico para mantener el nivel de rendimiento para cuando pueda volver a la competición.

Resumiendo, las funciones de actuación del psicólogo deportivo plantean en este caso:

- 1) Evaluación y diagnóstico (test y cuestionarios, entrevistas, técnicas y procedimientos de observación y registros); 2) Planificación (rendimiento y consecución de objetivos); y, 3) Intervención (directa –entrenamiento psicológico–, e indirecta –diseño y aplicación de estrategias psicológicas–).

III. Reinserción

La siguiente etapa es la inclusión del futbolista en el campo para su autoafirmación y confianza, aquí conjuntamente con el preparador físico y el kinesiólogo. Consiste en prepararlo para su reaparición futbolística, atendiendo la prevención de recaídas. Es una instancia clave para la superación de la lesión.

Las evaluaciones y/o controles psicológicos deben hacerse regularmente, asegurándose que esté recuperado de manera integral. Prevenir la ocurrencia de una nueva lesión no es sólo una cuestión física, médica, sino también psicológica, en la que a veces no coinciden las perspectivas profesionales.

Por tal motivo, la intervención del psicólogo no es sólo al deportista, sino al contexto que le rodea (desarrollado en el apartado “*Competencia de roles*”). De ahí que la *readaptación lesional* es un “fenómeno psicobiológico multivariado”, imposible de percibirse desde una sola mirada.

Como se indica, “el objetivo principal de la rehabilitación es recuperar el curso interrumpido y las emociones conectadas a comportamientos deportivos”, teniendo “el objetivo común –en palabras de Giulio Roi (2010)– de favorecer las condiciones físicas y psíquicas necesarias para un óptimo retorno”. La tarea interdisciplinaria plantea allí su desafío y meta.

Referencias

- Intermountain Healthcare (2018). *R.I.C.E. (Reposo, hielo, compresión, elevación)* (Última revisión. Folleto informativo para pacientes y sus familias). Recuperado de <https://intermountainhealthcare.org/ckr-ext/Dcmnt?ncid=529659985#:~:text=El%20m%C3%A9todo%20R.I.C.E>
- Jaritonoff, Hugo (1994). Psicología en el deporte en Patricia Wightman (Comp.), *La Fuerza para ganar* (pp. 149-151). Editorial 20&10.
- Roi, Giulio (2010). Vuelta a la competición tras una lesión atlética: la rehabilitación deportiva global. *Apunts: Medicina de l'esports*, 45 (167). Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/Apunts/article/view/217258/0>
- Sánchez Sendra, Alvaro Pau (25 de julio de 2020). ¿En qué consiste la Técnica RICE? *Noticias en Salud*. Recuperado de <https://www.noticiasensalud.com/fisioterapia/2020/07/25/en-que-consiste-la-tecnica-rice/>

4. ETAPA FORMATIVA DEL DEPORTISTA

Entre el juego y la persona

Resumen: El autor expone aquí los puntos de vista en torno a quienes trabajan en la etapa formativa del deporte. En forma sucinta intenta responder a las cuestiones si quienes tienen la responsabilidad de conducirlos se manejan teniendo en cuenta que están formando deportistas y personas, y en qué medida priorizan la formación o los resultados.

Palabras Clave: Etapa formativa – formación física y moral deportiva – juego.



“Los árboles con buenas raíces son los que dan mejores frutos” – Comisión de Fútbol Infantil de AFA, 2003 (Petracca et al., 2003). Un lema que describe claramente qué puede esperarse en la formación del deportista. El acuerdo entre los responsables de coordinar las divisiones inferiores de fútbol y las autoridades del club del ascenso, con el esclarecido saber que están formando indisolublemente deportistas y personas, ha dado muy buenos resultados. La unidad de criterios es fundamental para encauzar con eficacia la labor deportiva, siendo condición que el jugador encuentre la satisfacción de hacer más sana y feliz la vida con la pujanza y anhelo de alcanzar sus metas.

La responsabilidad de los adultos de contribuir en la tarea a favor de la formación física y moral, no puede soslayar la invalorable función

de su entorno familiar y societario. En este orden de ideas, se ha creado una comisión de padres que atiende lo concerniente a ciertos aspectos del estado emocional de los niños y jóvenes en formación, a la par de labores complementarias que ayudan a sus cuidados. El objetivo en común es verlos crecer, en un marco de contención, compromiso y disciplina, apartando los riesgos a los que están expuestos y que las enseñanzas recogidas los mejoren humanamente, pudiendo transmitir sus saludables experiencias a otros ámbitos.

Los *valores* adquiridos constituyen al individuo, y quedan en él por siempre: la honestidad, el respeto, la solidaridad, el ajuste a las normas y a la autoridad, la tolerancia a la frustración, la planificación y la disciplina, la atención a la salud física y mental, la firmeza en el logro de objetivos, etc. Bien aprendidos, irán a aplicarse en todas las esferas de la vida. Del mismo modo, rechazará los *disvalores*: la soberbia, el egoísmo, la crítica al otro, la desunión, etc. (Alemandri, 1937).



La institución se hace consciente que el trabajo está dirigido a un 90-97% de noveles jugadores que no llegarán a primera división. La mayoría quedará en el camino, pero no con el espíritu o la moral vacíos. Las viejas, pero no perentorias consignas del juego continuarán vigentes: jugar para ganar (el juego siempre da revanchas y

la posibilidad de mejorar, superarse como aprendizaje), aceptación de la derrota, jugar limpio, observancia a las reglas, respeto a los adversarios, compañeros de equipo, jueces y espectadores, rechazo a la corrupción, la violencia, y otras (Elkonin, 1978). Por eso, la tarea del entrenador debe ser formativa, y tal entrenamiento se ejerce también en la competencia. No son aún frutos maduros.

Con frecuencia, los entrenadores (DT) entienden que los resultados dan la medida de *su* eficiente desempeño, a costas de la paulatina maduración de los futbolistas. Así los precipitan, los exponen cuando todavía tienen mucho por trabajar internamente. El efecto puede ser

paradojal, enfrentándolos al desánimo, la frustración, la falta de control de los impulsos, las presiones, hasta llegar al abandono de la práctica deportiva.



Con todo, los padres suelen ser –con gran frecuencia– quienes más priorizan los resultados. Quizás ello pueda deberse, en parte, por la extracción social media del futbolista (media-baja), viendo al hijo como la esperanza de aseguramiento económico a través de su incipiente carrera. Las expectativas suelen ser mayúsculas. Desde luego, esto es una quimera. Pero el niño futbolista es quien lo padece. Es frecuente ver al

padre vestido de entrenador, juez, desautorizando a las autoridades, o desacreditando al hijo o magnificando los trofeos obtenidos. Dicha presión la ejercen sobre los noveles futbolistas y el técnico. Las escenas de pugilato en las tribunas, entre padres –vergonzados y vergonzantes–, no son episodios excepcionales.

La labor de los psicólogos del deporte tiene aquí un campo muy vasto, con varios frentes. La *Declaración de la UNICEF sobre los Derechos de los Niños* es la piedra fundamental para darles fortaleza y dirección a los deportistas. En tanto que, aunadas, el juego y la educación son imprescindibles para el ser humano (Marín, 2012). No obstante, su figura es aún resistida por distintos motivos, basada en prejuicios: celos, manipulación, temores, ignorancia sobre su rol en el deporte, etc. Pero visto que los grandes clubes deportivos –no sólo futbolísticos– emplean a los PD en sus plantillas como colaboradores o integrantes del cuerpo médico, e incluso en la subcomisión de fútbol, es de esperar que puedan darse cuenta que no tener esta figura profesional –desde las inferiores a primera– es darles ventaja a los rivales y desaprovechar el potencial de los deportistas en su etapa de formación.

Referencias

- Alemandri, Próspero G. (1937). *Moral y Deporte* (pp. 70-71). Librería del Colegio.
- Elkonin, Daniil B. (1978). Psicología del juego en *Mesa Redonda Nuevos Horizontes, El Juego* (Vol. 10). Editorial Visor Libros.
- Marín, Imma (23 de octubre de 2012). ¿Por qué el juego es imprescindible para el ser humano? *Jugar, una forma de vivir*. Recuperado de <https://www.immamarin.com>
- Petracca, Ricardo y Comisión de Fútbol Infantil (2003). *Una Escuela de Vida* (Comisión de Fútbol Infantil 1983-2003, 20 años de fútbol infantil, pp. 13 y ss.). Asociación del Fútbol Argentino.

5. INICIACIÓN DEPORTIVA: LA PRESIÓN SOBRE LOS NIÑOS EN EL DEPORTE

Análisis de la campaña multipremiada TyC Sports

Resumen: Se expone un fenómeno muy frecuente en la actividad deportiva, cuyo horizonte –habitualmente inalcanzable– es alcanzar a ser jugadores de elite, de alta competencia. El nudo del asunto es la presión que suele ser ejercida por los padres en la etapa formativa. A vista de ello, TyC Sports realizó una campaña sobre el problema, a través de cinco spots publicitarios, que son objeto de análisis, identificando los tipos de padres que se muestran. Y como corolario, una breve reflexión acerca del significado y los valores de la práctica deportiva, entendida como una escuela de vida.

Palabras claves: Iniciación deportiva – campaña publicitaria – presión psicológica – tipos de padres.



Título del video: “Presión sobre los chicos en el deporte. Campaña multipremiada de TyC Sports”.

Autor o canal: Sol Ar.

Fecha de publicación: 30 de diciembre de 2010.

Duración: 3 minutos y 49 segundos.

Enlace del video: <https://www.youtube.com/watch?v=kcnoLIHsmHA>

*“La idea es que lo acompañes a jugar,
y no que le obligues a jugar”.*

“Se trata de 5 Spots publicitarios realizados por TyC Sports en 2002, donde los padres ejercen enorme presión psicológica sobre sus hijos, para que de cualquier manera sean el número 1 en la disciplina que practican, menospreciando incluso un segundo puesto” (2010). De este modo se presenta el anuncio publicitario del equipo creativo Sol Ar, cuyo propósito ha sido que la campaña conduzca a la reflexión, a

tomar conciencia, sabiendo que la decisión final está en los verdaderos protagonistas de las escenas exhibidas.

Existen varias constantes en los 5 spots, fundadas en la presión que los padres ejercen en diversas circunstancias y modalidades sobre sus hijos, generando efectos muy nocivos. Ninguno advierte la situación en que se encuentran y la reacción que ofrecen frente a las palabras del padre, quien deja rodar más su propio deseo, anteponiendo el del hijo/a. La reacción emocional que suele verse en los spots es astenia, mostrando estados depresivos, pérdida de interés, inquietud, desaliento, y otros.

Esta campaña de concientización sobre la presión que ejercen los padres en el deporte durante la etapa de formación de sus hijos, comunica de manera efectiva el enfoque y su objetivo de sensibilizar sobre la influencia negativa observada en el desarrollo deportivo de los niños.

El lenguaje es claro y directo, y las imágenes contundentes.



Presión Sobre los Chicos en el Deporte – Campaña Multipremiada TyC Sports

Spot 1: “¿Y cómo estamos, más o menos?, ¿no? Bué, la próxima vez hay que poner un poco más de garra, ¿no? Si no, hay que conformarse con lo que queda. Y lo que queda no es suficiente ¡No te preocupes! Entrénate más, y la próxima vez te va a ir bien... ¡Y tiene que ir bien!”.

Spot 1: Padre *manipulador*, agresión encubierta. Le pregunta en su casa a su hijo –con tono sereno, sosegado, pero firme– cómo está, pero le deja un mensaje de *insatisfacción* por el 2° puesto, de subcampeón y espera. El *mandato* paterno desborda la capacidad del niño de tolerar la angustia, muy presente.

Spot 2: *“Mira la cara que tienes. Si sigues con esa actitud, te van a pasar por encima. Mira (que) ésta es la final del campeonato. A ver si te entra un poquito en la cabeza. La final. Si no pones todo para ganar, entonces sí vas a tener motivos para poner esa cara de amargo. Dale, dale, baja ¡Y cambia la cara!”*

Spot 2: Se muestra como un padre agresivo, autoritario, coercitivo, exigiendo cumplimiento, con una ácida crítica a su postura, gestos, etc. Aparece la agresión verbal en general, que incluye la física y a la vivacidad mental. Le baja la autoestima a su hijo. El nivel de estrés y agresión terminan generando una enorme presión y desmotivándolo.

Spot 3: *“Nadie se acuerda nunca de los segundos (...). No me digas que lo importante es competir (...). Tienes que ser la primera como sea. ¿A quién le dan el premio por competir? Mira, gorda ¡tú eres mi hija y tienes que ser la primera, como sea!”*

Spot 3: Padre dirigente, movido por el interés de que la hija alcance el máximo galardón. Lo demás no importa, carece de valor. Rol nocivo, perjudicial. Logra transmitir que *el fin justifica los medios*. La ciega necesidad de éxito sugiere tratarse de un padre deportivamente frustrado, y aún en otros ámbitos no deportivos. Esa carga lo deposita de lleno en su hija, acentuado en las palabras finales.

Spot 4: *“Te quiero ver bien parado en la cancha. Y cuando sientes que el otro afloja, te vas a la red y consigues espacio. Quiero que no lo dejes respirar. Piensa que el que tienes enfrente es el enemigo. Solamente puede haber un ganador. Y ése tienes que ser tú. Ahora, si a ti te gusta perder, ¡no eres mi hijo!... ¡Uh, se largó a llover! Ahora lo van a suspender” (discreta sonrisa del niño).*

Spot 4: Padre *entrenador autoritario*. ordena y manda. No es juego, sino una batalla frente a un enemigo a demoler. Lo sobrecarga de presión, tocando las fibras parentales. No sólo perderá el match, sino también al padre. *Castigo habitual*. Intenta motivar mediante amenazas. El deseo de “no dejar respirar” al rival (el “enemigo”), se vuelve en contra de su propio hijo.

Spot 5: “Dale hijo, vamos, vamos, corra, corra, vamos, pon la piedad fuerte, maricón, vamos, vamos, no ves que el otro tiene miedo. Salta, salta, después te quejas que en el colegio te cargan. Dale, pateo al arco, no seas fífi, pon huevos, vamos. ¡Si sigues jugando así, la próxima vez te van a traer tu mamá y tu hermana!” (imagen de una cacerola a presión).

Spot 5: Excesivamente *crítico* y *vociferante*, regaña, emplea la provocación como motivación, exhibiendo insatisfacción con la actuación de su hijo en pleno juego, expresado a viva voz. Frenético. Promueve en el hijo cierta violencia, para *hacerlo reaccionar*. Desprecio a los débiles. Manifiesta una recurrente *misoginia*, a través de diversas expresiones verbales, que incluyen denigración y discriminación.

Corolario:

El deporte es más que una actividad física, es una aventura mental. Es un viaje de autoconocimiento, de superación y de regocijo. Es una forma de arte que nos permite expresar lo que somos y lo que queremos ser. El deporte no sólo entrena el cuerpo, sino también la mente. Es una escuela de vida que nos enseña a conocernos, a traspasar los obstáculos, a obtener conquistas que estaban más allá de las expectativas y a disfrutar. La clave del éxito en el deporte no es sólo tener talento, sino también tener actitud. La actitud que nos impulsa a seguir adelante, aprender de los errores y celebrar los logros.

Referencias

Sol Ar (2010). *Presión Sobre los Chicos en el Deporte* (Campaña Multipremiada TyC Sports). YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=kcnoL1HsmHA>.
<https://www.youtube.com/channel/UC53ut5UmtobaEoatJzw4JAA>

6. PENSIONES JUVENILES PARA DEPORTISTAS

Resumen: Consultado sobre las *Pensiones Juveniles para deportistas*, se ofrecen algunos puntos de vista de acuerdo a las experiencias en Argentina. Además, el valioso testimonio de su paso por pensiones juveniles de un destacado futbolista.

Palabras claves: Pensiones juveniles – burbujas de integración – pertenencia/inclusión.

I. Sobre la posibilidad de que haya pensiones de varios deportes juntos, incluyendo varones y mujeres

No habría inconveniente que en las pensiones haya jóvenes que practiquen distintas disciplinas deportivas incluyendo varones y mujeres. Experiencias locales muestran que varios deportes han convivido sin problemas (fútbol, básquet, vóley). Aun cuando tiendan espontáneamente a agruparse por la misma actividad que desarrollan, sean en sus conversaciones, programas de tv o videos, etc.

Teniendo en cuenta que en una pensión existen distintas áreas (de alojamiento, del personal, educativa –interna o externa– y de medicina), sería conveniente, en lo posible, que el hospedaje estuviere separado por *deporte, edad y género*.

En relación a este último, cabe señalar que los intereses particulares son diferentes de acuerdo a la edad, no teniendo igual proceso madurativo. Aquí puede aplicarse el siguiente apotegma: *En integración, no todo es integrable*. En cambio, sí pueden crearse *burbujas* de integración, compartiendo almuerzos y cenas, talleres, charlas, actividades culturales, recreativas, favoreciendo la unión y socialización fundadas en el respeto y los valores.

II. Cuál sería la edad mínima de ingreso de un niño/a a una pensión

La edad de ingreso más conveniente es 9 años, porque está en plena *etapa de latencia* (la 4ª fase en el desarrollo psicosexual, según Freud, comprendida entre los 6 y 11 años). Un período caracterizado por as-

piraciones morales, a desarrollar tareas socialmente aceptadas y logros culturales, desplegar distintas habilidades (deportivas, artísticas, etc.). Es también el comienzo de la autonomía, la facilidad a la adecuación a las normas, la aceptación del límite, de respeto a las reglas –a partir de los cuales se pueden establecer acuerdos–, la motivación generada por la curiosidad y la investigación.

La dominancia a esa edad es poner en juego los valores. Los intereses del niño se dirigen hacia afuera, hacia lo extrafamiliar, y va estableciendo nuevas formas de relacionarse con los otros, pasando de un estado de dependencia absoluta hacia la independencia. En esta etapa otorga gran importancia a los otros niños, siendo la pertenencia o inclusión a un grupo uno de los asuntos más relevantes. En el *pertenecer*, pone a prueba frente a otros sus cualidades y capacidades. Disfruta de la compañía y de la aprobación de sus compañeros.

Todo lo mencionado se conjuga para que su atravesamiento, situado en medio de esta etapa, se constituya en el momento más propicio para su ingreso a la vida donde irá a transcurrir sus próximos años: la pensión deportiva, un espacio de anhelos y realizaciones.

No obstante, es oportuno hacer la salvedad que –de cualquier forma– el concepto de la edad de ingreso puede ser una variable algo indefinida, atendiendo cada caso en particular, y dependiendo además si la pensión está integrada al sistema educativo (escuela o colegio), el control integral de la misma, la contención e intervención psicológica, y las condiciones en general, las que deberán estar correctamente supervisadas.

Al respecto, sería adecuado separar por edades en: 9-10 a 13 y 14 a 18-19.

o tras ventajas a observar en relación a la edad de ingreso a las pensiones –en particular, ciertos segmentos sociales–, a la par de los aspectos formativos (desarrollo de la personalidad, comunicación, responsabilidades, etc.), son las de recibir una adecuada nutrición, educación, atención de la salud, contención, evitar la deserción escolar, el *grooming*, la violencia o maltrato, adicciones y otras. Las desventajas son el desarraigo (la más importante) y el desapego con la familia.

Un informe periodístico de investigación realizado en 2021 por Panqui y Pedro Molina, señala que, en Argentina, muchos de los jóvenes

que se hospedaban en las pensiones de sus clubes se hallaban solos y descuidados. No había un adulto responsable a la noche, faltaba cobertura médica y existían problemas de escolaridad. La situación detona en 2018 y –pandemia mediante– se extiende en forma imprecisa.

En 2023, la citada investigación nos lleva a consultar a los autores del informe sobre las circunstancias descritas. El Lic. Pedro Molina nos comunica que, “a nivel legislación, regulación y control nada ha cambiado, pero sí hay una mayor conciencia por parte de los juveniles y de quienes cuidan en las pensiones puntualmente sobre abuso y *grooming*. De todas maneras, nadie puede afirmar –a ciencia cierta– que no sigan ocurriendo en otros clubes. Con relación al cuidado de los juveniles, cada club es un caso diferente”.

Pese a los alarmantes datos recabados, no se habría avanzado en regulaciones, controles ni sanciones. Sin embargo, se impulsa la legislación para revertir tal escenario, estando a cargo del pertinente organismo de la niñez y la adolescencia. Como contrapartida, frente a este cuadro desolador, coexisten excelentes ejemplos de clubes dotados de pensiones para jóvenes deportistas en el país.



La Casa River, por ejemplo, está dentro de las instalaciones del club. Allí se alojan 80 chicos del proyecto infanto-juvenil. Se les dan servicios de alimentación y medicina, y trabajan con ellos cuatro psicólogos y cuatro asistentes sociales. Además, se les provee indumentaria y todos están escolarizados a través del Instituto River Plate,

una escuela en Vicente López y educación a distancia.

Habida cuenta que sólo algunas provincias argentinas poseen regulaciones básicas, debería haber una ley nacional con premisas básicas y, como en todo país federal, tal nuestro caso, las provincias (regidas por su propia legislación) tendrían que implementar normas específicas que

atiendan las diferentes problemáticas presentadas en cada departamento o zona comprendida en sus jurisdicciones. Esas condiciones básicas podrían ser la edad mínima, la nutrición, la salud, etc.

III. El testimonio de L. Ángel Vildoza: Vivir en una pensión de fútbol

En Argentina, muchos jóvenes, incluso niños, se alejan de sus hogares en el interior del país para residir en pensiones de clubes de fútbol. Su objetivo es alcanzar el éxito en el ámbito profesional y llegar a jugar en la Primera División. Sin embargo, este sacrificio conlleva múltiples privaciones, como la falta de cobertura médica, dificultades económicas, escolares y apoyo emocional. Estar solos y descuidados constituyen –en muchos casos– su esencia, siendo la poca contención algo habitual. Estas condiciones han propiciado situaciones problemáticas.



Luis Ángel Vildoza Godoy, un goleador sanjuanino que se destacó en Primera en All Boys y Aldosivi, y tuvo una exitosa actuación en Comunicaciones, Colegiales, Unión Española y Unión San Felipe, ofreció al diario *Tiempo de San Juan* (2018) un testimonio revelador, después de vivir seis años en diversas pensiones en Rosario y Buenos Aires.

Él comprende bien la experiencia de residir en estos lugares. “Hay una convivencia complicada –indica– porque son muchas personas de diferentes lugares del país, con otras costumbres y una educación distinta. Además, cada uno va por su sueño lejos de su familia y las necesidades que ahí se pasan son importantes”.

“No todos los clubes tienen un psicólogo que contenga a los jóvenes”, pone de relieve.

Existen momentos de desesperación en esos escenarios. “Me tocó vivir de adolescente, una etapa especial en la que se te presentan todos

los caminos: la droga, la noche, las mujeres, todo está al servicio del fútbol lamentablemente”, detalla.

En ese contexto, destaca que, si no se cuenta con la contención adecuada, puede ser perjudicial para la carrera de un joven deportista. “Si no estás enfocado en tu sueño, te podés perder del camino. Tuve compañeros que eligieron mal. Si no tenés el control sobre vos mismo corres muchos riesgos”, agrega.

Además de la distancia física de sus familias, las condiciones en las pensiones no siempre eran óptimas. Desde la infraestructura hasta las dificultades económicas, los residentes compartían experiencias similares. “Todos comíamos lo mismo –dice–, pero transitas momentos que no deberías vivir como deportista”.

Sin embargo, *el ángel del gol* –como se lo conoce– resalta un aspecto positivo: vivir en una pensión tuvo un impacto beneficioso en su vida. “A pesar de las necesidades, aprendes a tomar decisiones, te conviertes en un hombre desde muy joven. Aprendes a valorar el esfuerzo de tu familia y te fortaleces para enfrentar los desafíos de la carrera”.

Esta experiencia contribuyó a su crecimiento personal y profesional. La pensión, con sus tabiques desgastados y pasillos estrechos, fue un crisol de vivencias. No todas fueron gloriosas; hubo momentos de apremio, de soledad y de lucha. Pero en esas modestas moradas, aprendió a valorar la resiliencia y la perseverancia.

Las noches de estudio, los días de intenso entrenamiento, las charlas con sus compañeros y las decisiones cotidianas forjaron su carácter. Era también un espacio –acaso velado a la conciencia– donde se gestaba su futuro. La pensión le dio un techo, pero sobre todo le brindó lecciones de vida. Cada sacrificio de su familia, resonaba en las paredes como un recordatorio constante.

Y así, cuando salía al campo, llevaba consigo algo más que tácticas y estrategias. Llevaba el espíritu de la lucha, la camaradería y la gratitud. No sólo era un futbolista; sino un hombre que creció con cada desafío, donde se escribieron historias de superación y determinación.

IV. Cómo se puede mejorar la calidad de vida en estas pensiones

Mejorar la calidad de vida en estas pensiones es crucial para el bienestar de los jóvenes deportistas que residen en ellas. Aquí hay algunas sugerencias para lograrlo:

1. Infraestructura y condiciones habitacionales:

- Invertir en mejoras edilicias: Asegurar que las instalaciones sean seguras, limpias y cómodas.
- Espacios adecuados: Proporcionar áreas de descanso, estudios y recreación.
- Mantenimiento regular: Reparar cualquier daño o deterioro rápidamente.

2. Apoyo emocional y psicológico:

- Psicólogos y consejeros: Tener profesionales disponibles para brindar apoyo emocional y ayudar a los residentes a lidiar con la presión y el estrés.
- Grupos de apoyo: Fomentar la creación de redes de compañeros para compartir experiencias y enfrentar desafíos juntos.

3. Nutrición y salud:

- Comida balanceada: Garantizar una dieta adecuada para el rendimiento deportivo.
- Acceso a atención médica: Facilitar consultas médicas y atención en caso de lesiones.

4. Educación y formación:

- Apoyo académico: Brindar acceso a tutores o maestros para que los jóvenes puedan continuar su educación.
- Capacitación profesional: Ofrecer programas de formación en habilidades fuera del campo de juego.

5. Monitoreo y regulación:

- Supervisión constante: Tener personal responsable de velar por el bienestar de los residentes.

- Cumplimiento de normas: Establecer reglas claras y hacer cumplir los estándares de comportamiento.

En última instancia, la contención y el apoyo integral son esenciales para que los jóvenes deportistas puedan desarrollarse tanto en su carrera como en su vida personal.

V. Qué medidas están tomando los clubes para mejorar las condiciones en las pensiones

Para mejorar las condiciones en las pensiones de los clubes de fútbol, se están considerando diversas acciones. A continuación, presentamos algunas medidas propuestas (Godoy, 2018):

1. Reglamentación y vigilancia estatal:

Funcionarios porteños y bonaerenses están trabajando en una reglamentación que permita una *vigilancia estatal* dentro de las pensiones. Actualmente, estas funcionan en un “limbo judicial”, sin una ley específica que habilite acciones estatales para garantizar las condiciones de vida de los jóvenes futbolistas. Se busca establecer un marco normativo que permita supervisar y asegurar su bienestar.

Varios clubes del conurbano han recibido visitas de funcionarios del Ministerio de Desarrollo Social bonaerense para observar las condiciones en las pensiones deportivas.

2. Órgano de control interno en los clubes:

El presidente de la AFA, Claudio Tapia, propone que los clubes generen su propio *órgano de control*. Esto permitiría recopilar datos y manejar información para prevenir abusos y garantizar la seguridad de los jóvenes. La presencia y contención son fundamentales para proteger a los chicos.

Protocolos adicionales:

Además del protocolo de la AFA, se está trabajando en otro protocolo paralelo para abordar la problemática de las pensiones. Esto incluiría medidas específicas para proteger a los jóvenes futbolistas y brindarles un entorno seguro.

Historia legislativa:

En 2012, se presentó un proyecto de ley en la legislatura porteña para supervisar las pensiones donde residen los menores futbolistas. Aunque no prosperó, esta iniciativa expresa la preocupación por mejorar las condiciones en estos hogares colectivos.

En resumen, se están realizando esfuerzos para establecer regulaciones, supervisar y proteger a los jóvenes deportistas que residen en las pensiones de los clubes de fútbol. Con el tiempo se verá si son suficientes, pero creemos que –al menos– hay un despertar de conciencia sobre el desafiante problema. El objetivo es garantizar su bienestar y desarrollo tanto dentro como fuera del campo de juego.

Orientación bibliográfica

- Cámara de Diputados de la Provincia de Buenos Aires. Proyecto de Ley. Pensiones de fútbol juvenil. [hcdiputados-ba.gov.ar](https://intranet.hcdiputados-ba.gov.ar). <https://intranet.hcdiputados-ba.gov.ar>
- Danishewsky, Sergio (13 de noviembre de 2018). Una investigación revela el oscuro mundo de las Inferiores. *Clarín*. Recuperado de <https://www.clarin.com/deportes/futbol/investigacion-revela-oscurο-mundo-inferiores-0-PkflnYAj.html>
- Gallo, Daniel (7 de abril de 2018). Reglamentarán la actividad de las pensiones de los clubes deportivos. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/sociedad/reglamentaran-la-actividad-de-las-pensiones-de-los-clubes-deportivos-nid2123495/>
- Godoy, Facundo (14 de noviembre de 2022). Pensiones deportivas, donde se alimenta el sueño de ser futbolista profesional. Universidad Católica Argentina. *Punto Convergente*. Recuperado de <https://puntoconvergente.uca.edu.ar/pensiones-deportivas-donde-se-alimenta-el-sueno-de-ser-futbolista-profesional/>
- Griffa, Jorge Bernardo (2011). *39 años en divisiones inferiores*. Continente Ediciones.
- Lascialandare, Natalia (2020). *Fútbol y pensiones – Entre la profesionalización temprana y la protección de los derechos de los niños, adolescentes y jóve-*

- nes [Tesina de grado]. Escuela de Trabajo Social, Universidad Nacional de Rosario.
- Lenga, Leonel (7 de marzo de 2019). Pensiones del fútbol argentino: Mucho más que el sueño del futbolista. *Redacción*. Recuperado de <https://www.redaccion.com.ar/pensiones-del-futbol-argentino-mucho-mas-que-el-sueno-del-futbolista/>
- Molina, Pedro M. y Molina, Panqui Francisco M. (2019). *Alerta rojo: ¿a quién le importan las inferiores?* Pedro María Molina ed. <https://libroalertaroyo.com.ar/>
- Molina, Pedro M. y Molina, Panqui Francisco M. (21 de abril de 2021). Pensiones en los clubes de Primera: una habitación para 16 juveniles, un baño para 22 y otros datos alarmantes. *elDiarioAR*. Recuperado de <https://www.eldiarioar.com/deportes/pensiones-clubes-futbol-habitacion-16-juveniles-bano-22-datos-alarmantes-1-7843784.html>
- Nigro, Pablo M. y Rubin, Verónica (noviembre 2009). *Fútbol juvenil: las pensiones* (VII Jornada Nacional de Psicología del Deporte). *Psicodeportes*, año 17, (17), pp. 5-6. APDA. Recuperado de <https://www.psicodeportes.com/futbol-juvenil-las-pensiones/>
- Redacción de Tiempo de San Juan (22 de marzo de 2018). Vivir en una pensión de fútbol, contado por un sanjuanino que llegó lejos. *Tiempo de San Juan*. Recuperado de <https://www.tiempodesanjuan.com/deportes/2018/3/22/vivir-pensin-ftbol-contado-sanjuanino-lleg-lejos-210303.html>
- Registro de Pensiones de Fútbol Juvenil, dependientes de los Clubes de Fútbol de la provincia de Buenos Aires, asociados a la AFA. Recuperado de <https://intranet.hcdiputados-ba.gov.ar/proyectos/18-19D2214012018-09-0414-44-44.docx>
- Roffé, Marcelo y Murzi, Diego (octubre 2019). Emigración, competencia y “salvación”: las pensiones de futbolistas juveniles en Argentina desde una mirada cuantitativa. *Psicodeportes*, año 26, (25), pp. 4-7. APDA.
- Schiavo, Francisco (3 de abril de 2018). Las pensiones futbolísticas, el lugar donde hay sueños de grandeza, pero también inocencia e ingenuidad. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/sociedad/las-pensiones-futbolisticas-el-lugar-donde-hay-suenos-de-grandeza-pero-tambien-inocencia-e-ingenuidad-nid2122147/>

7. TALLER DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES PARA PREADOLESCENTES O ADOLESCENTES

Resumen: El comienzo de actividad de un taller de prevención destinado a los preadolescentes y adolescentes es primordial para atraer su atención y despertar su interés por el tema. La propuesta es exponer un video relacionado con el abuso de psicotrópicos o estupefacientes. El video pretende crear una sintonía e identificación mental y afectiva con el estado de ánimo de otro. A resultados, el objetivo será que los jóvenes puedan reconocer y manejar con éxito situaciones potencialmente peligrosas, para sí y para su entorno.

Palabras clave: Taller de prevención – preadolescentes y adolescentes – adicciones – drogo-dependencia.

“El hombre que se levanta es aún más fuerte que el que no ha caído”. Viktor Frankl



El inicio de actividad de un taller de prevención destinado a esas escalas de la vida es fundamental para captar su atención y conducirlos a despertar su interés por el tema, motivo del taller. La propuesta consiste en mostrar un video relacionado con el uso, o más propiamente, el abuso de alcohol y psicotrópicos o estupefacientes. Esto es, sustancias que afectan el funcionamiento del encéfalo y provocan cambios de la percepción, los pensamientos, los sentimientos o la conducta.

El video intenta generar cierta sintonía e identificación mental y afectiva con el estado de ánimo de otro. Focalizándonos en aguzar el oído, empleamos la música –con su carga evocativa, sugerente– muy escuchada a esas edades: el rap. El *vocabulario* adquiere gran importancia,

pues los jóvenes lo comprenden sin inconveniente y les llega con mayor facilidad. Asimismo, el léxico es simple y directo, pudiéndolo utilizar cuando lo requieran. Favorece la creación de un clima distendido y pretende situarlos en una instancia previa a saber escuchar a los demás, entender sus problemas y emociones. Claramente, lo expuesto hace referencia a una habilidad tanto cognitiva como emocional o afectiva, en la que el joven es capaz de ponerse en la situación emocional de otro. Estamos a un paso de verse involucrados con el problema.

El material presentado se compone de dos segmentos. El primero transmite un alegato, un mensaje categórico sobre el uso/abuso de dichas sustancias. Incluso, con añoranza, expresa: “jugar al fútbol, como solíamos hacer”. El segundo adquiere un carácter fuertemente *testimonial*, vívido, crudo, del atravesamiento por las drogas. El video intenta, de este modo, una posición activa de los noveles deportistas respecto al tema.

Es cierto que el abuso de drogas como dependencia en los jóvenes deportistas en vías de la profesionalidad no es muy usual, por ser incompatible con los requerimientos para la práctica deportiva. Pero cuando la mayoría son desafectados, apartados de los planteles, pueden sobrevenir decepciones, desencantos difíciles de asimilar. Una vez más, los psicólogos tienen una magna tarea por delante. La prevención debe actuar para afrontar esos momentos críticos.

Además, el problema de la drogodependencia se constituye en contrariedades o factores perturbadores que les toca de cerca, cuando envuelve a su entorno familiar, la comunidad barrial o las amistades fuera del ámbito deportivo. Este cuadro llega a enredar, e incluso obstaculizar su carrera. Tal situación es visible –al menos– en el mundo futbolístico, más allá de la extracción social a la que pertenecen.

El video sirve de preludeo y disparador del tema a tratar, de concitarlos a pensar y preguntarse sobre este asunto, del cual nadie está ajeno, aún proviniendo de contextos familiares y culturales diferentes. De poner en palabras lo que se calla. Cualquiera fuere la forma que adquiera el taller, sea mediante preguntas o una dinámica grupal (de las que pueden idearse o hallarse numerosos ejemplos), atendiendo las distintas edades y conductas del grupo, lo importante es generar a través de la forma parti-

cipativa un activo intercambio de opiniones, impresiones y sentimientos. El psicólogo estará atento a la temprana detección de estados de angustia o destellos emocionales en alguno de los participantes.

Se tendrá en cuenta la duración de exposición del video, ya que la focalización de la atención en la adolescencia pudiere requerir cierto esfuerzo, resultándoles algo extenso, generando que la valiosa información se pierda un poco. Por tal motivo, se sugiere comenzar el taller sólo con la canción del comienzo (primera parte), y luego ir segmentando el rap, exhibiéndolo con moderados intervalos, aprovechando las pausas para conversar con los deportistas al respecto de lo escuchado. De cualquier forma, queda claro que los tiempos serán marcados –de algún modo– por los jóvenes, mientras procuramos brindar toda la escucha y ojo posible a la capacidad de atención, de interés, a los gestos que expresen algo que no deberán pasar desapercibidos, tanto como sus intervenciones, pudiendo darse súbitamente.

A resultas, el objetivo del taller será que los jóvenes puedan reconocer y manejar con éxito situaciones potencialmente peligrosas, para sí y para su entorno. No consiste en proporcionar mera información –la cual es accesible a todos–, sino tomar conciencia de los riesgos que implican para esa persona en proceso de formación y para su futuro deportivo.

Vayamos, pues, al video para iniciar la actividad de un taller sobre prevención de adicciones:



Título del video: “Taller de prevención de adicciones”.

Autor o canal: Roberto Banchs.

Fecha de publicación: 6 de febrero de 2021.

Duración: 7 minutos y 21 segundos.

Enlace del video: <https://www.youtube.com/watch?v=ruoldBMISwg&feature=youtu.be>

Referencias

Banchs, Roberto (6 de febrero de 2021). Taller de Prevención de Adicciones. Temas de Psicología del Deporte. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=ruo1dBMISwg&feature=youtu.be>

En el video “Taller de Prevención de Adicciones. Temas de Psicología del Deporte” (Banchs, 2021), se utilizan dos composiciones musicales: “Declaración de amor” de Ockrams Rap (Instrumentación) y “Detrás de mi sueño” de Matías Andrés.

8. VISUALIZACIÓN DEPORTIVA

Resumen: Como indica el título, consiste en generar una situación deportiva a través de un video donde ilustra una amplia gama de recursos y estrategias para visualizar los estados habituales de un futbolista frente a un desafío, en los planos físicos o conductuales, cognitivos y emocionales.

Palabras Clave: Visualización deportiva – elementos y recursos – planificación – fortaleza mental.



Título del video: “Visualización deportiva: temas de psicología del deporte”.

Autor o canal: Roberto Banchs.

Fecha de publicación: 6 de febrero de 2021.

Duración: 4 minutos y 30 segundos.

Enlace del video: <https://youtu.be/UEgzsdgtpXc>

“La visualización es una poderosa estrategia de entrenamiento psicológico para el desarrollo de las habilidades y llegar a un excelente rendimiento físico y psicológico”. James Loehr

La visualización en el deporte consiste en usar la imaginación para modificar patrones físicos y/o emocionales presentes en diferentes situaciones. Esta técnica de intervención busca recrear una situación específica, como es –en este caso– el afrontar un partido de fútbol, pudiendo ser utilizada para ayudar a relajar la mente y el cuerpo, focalizarse en el objetivo, motivarse colectivamente adoptando una actitud positiva, y aumentar la capacidad muscular implicada en el movimiento. Recurriendo



al video, se crean imágenes mentales en la que experimentan distracciones (internas y externas), donde visualizan incluso algunas escenas y los desafíos, proponiendo a su vez herramientas o técnicas para superar los retos deportivos (Giesenow, 2007).

La situación se presenta en el ámbito de un club de fútbol, de categoría profesional, del ascenso. Como indica el título, consiste en generar una situación deportiva donde se ilustre una amplia gama de recursos y estrategias para visualizar los estados habituales de un futbolista frente a un desafío, en los planos cognitivos, emocionales y físicos o conductuales.

Con ese propósito, planteamos cinco instancias frente a un partido: 1) Aproximación; 2) Precompetencia; 3) Características del lugar y clima; 4) Competición; y, 5) Final del encuentro. Como se observará, pueden hallarse la mayoría de los aspectos involucrados. El video no pretende componer un programa específico, sino, mostrar los elementos y recursos comprendidos en la visualización, cuyo propósito es que el deportista pueda beneficiarse con factores como la activación, el control de la ansiedad y de los miedos, aumentar la concentración de la atención, el rendimiento, estimular la motivación, hacer efectivo el cumplimiento de metas, etc.

Véase una descripción de los contenidos:

- 1) **Aproximación:** Reside en el paulatino acercamiento visual al escenario –el estadio–, conectando al jugador con su cuerpo –indicadores emocionales–, a través de sus latidos del corazón, que debe registrar y saber controlar en la pugna deportiva.
- 2) **Precompetencia:** El video, como el futbolista, se encamina hacia el propio deporte. La fase inicial consiste en una breve relajación, física y mental, permitiendo desconectar nerviosismo y pensamientos externos. Se estimula un estado del cuerpo y mente positivos. A los latidos irá a seguir la observación de la respiración, fundamental para lograr *fortaleza mental*. Incluirá la relajación, la serenidad, la activación de la energía y la regulación de las emociones. Servirán para reducir el nivel de funcional de los músculos involuntarios, como el

corazón y los sistemas respiratorio y circulatorio, tal como se alude en el video. Es la preparación para el movimiento y la mente.

- 3) **Características del lugar y el clima:** Las imágenes y el sonido intentan transmitir la atmósfera: la presión de la hinchada; de la familia; la respetuosa ceremonia de arrojar las cenizas de un ferviente seguidor que alentaba al equipo desde allí, tras la alambrada; la imagen de un caracterizado *hincha* del club que motiva tan sólo con su presencia; la vuelta olímpica de un campeón de inferiores, manteniendo viva la esperanza; de los santos venerados por la *barra*; el inolvidable ritual del féretro tricolor de un apreciado líder que recorrió los angostos pasillos y las tribunas, ante el llanto piadoso de su séquito; las coloridas banderas con nombres y lemas, como estandartes. La música tiene la fuerza, el poder. Todos presionan sobre la verde gramilla, con sus jugadores.
- 4) **Competición:** A medida en que se acerca el momento esperado, el futbolista irá a visualizar y a sentirse calmado y poderoso, controlando su cuerpo y la mente. Transmite autoconfianza y autoestima. La *serenidad* y la *fortaleza* alcanzan su momento decisivo. La música relajante expresa el estado de los jugadores. Las imágenes centellean



y alternan distintas emociones, propias del juego. Deportistas que sienten las quinésicas fuerzas de la naturaleza, de los animales, de la irrupción de máquinas capaces de generar energía. El significado expresivo de los movimientos corporales aprendidos por los futbo-

listas se hace presentes en el video. Así como la quietud del mar y de la suave arena, forman parte del mismo escenario. La mente fría, reconcentrada, y el cuerpo caliente. Las *frases claves* que se *gatillan* (auto mensajes) impulsan confianza con ilimitados bríos por alcanzar la meta. Confianza en las propias fuerzas. Sensaciones que implican todos los sentidos, siempre positivas: la visión de los compañeros y del rival; la audición del ambiente y del entrenador; el tacto, con la textura del balón a los pies, de la ropa, del sudor; la cinestesia que percibe de su cuerpo, con el equilibrio, el espacio y el tiempo, de golpes y caídas. Sintiendo y exhibiendo la habilidad, la destreza. El control de la velocidad, del esfuerzo y la perspectiva.

El conjunto de las técnicas y estrategias determinan y explican, en parte, cómo los deportistas responden al estrés, la presión, los desafíos y las oportunidades, independientemente de cuáles sean las circunstancias. El resultado es el rendimiento, sobre la base de la fortaleza mental (Strycharczyk et al., 2021). Así como se observa en el video.

5) Final del encuentro: La cohesión del grupo mantiene la estrategia que posibilitará el éxito, cubriendo *el lado ciego* de sus compañeros. El futbolista logra verse actuando vencedor, y aprovecha un instante para sentir el triunfo. Lo disfruta. Se extiende en cada rincón del campo. Incluso las tribunas se apropian de ese sentimiento, de esa fuerza. Han estado preparados para el reto y superado sus propios límites. Los gritos de gol sacuden y atraviesan todos los sentidos. Se alcanzó la meta.

Referencias

- Banchs, Roberto (6 de febrero de 2021). Visualización deportiva. mp4 [Video]. YouTube. <https://youtu.be/UEgzsdgtpXc>
- Giesenow, Carlos (2007). *Psicología de los Equipos Deportivos. Claves para formar equipos exitosos*. Ed. Claridad S.A.

Loeber, James (1990). *La excelencia en los deportes: cómo alcanzarla a través del control mental* (Trad. Wightman, Patricia, p. 176). Planeta Colombiana Editorial S.A.

Strycharczyk, Doug, Clough, Peter y Perry, John (2021). La importancia de desarrollar la fortaleza mental en posiciones de liderazgo. *Hays*. <https://www.hays.es/blog/insights/salud-mental-2021>

9. PSICOLOGÍA DEL ÁRBITRO DE FÚTBOL

Resumen: El capítulo presenta de modo sucinto y basado en varios autores y en la experiencia del autor, nociones básicas sobre la psicología del fútbol, aplicada a los deportistas y destinadas especialmente a los futuros jueces, proponiendo un acercamiento al tema, en un módulo perteneciente al curso de formación de árbitros amateurs.

Palabras claves: Entrenamiento psicológico – estrategias de afrontamiento – percepción – liderazgo – valores.

Conceptos preliminares:

Integración BIo-PSIC o-S o CIAL.

Definición SALUD (o MS): Bienestar físico, psíquico y social.

Bio : Condiciones Físicas: o rgánicas y funcionales.

PSICo : Aspectos Cognitivos, conductuales y emocionales.

So CIAL: Interacción (Psicosocial) y en situación gregaria (que vive en comunidad, formando grupos o asociaciones, y compartiendo normas comunes, sin distinción).

Juicios y Prejuicios acerca del Psicólogo:

- “El Psicólogo es para los locos”. (error de juicio).
- “Yo soy macho y me la aguanto”. (sobreestimación).
- “Es un alcahuete del técnico, de la corporación, o...” (*contrato psicológico*, en el cual rige la confidencialidad, o secreto profesional, basado en un principio ético).
- “No sirve, en el fútbol sólo hay que poner pasión, o huevos”.
- Celos y desconfianzas (p. ej., del DT/E).
- Temor a remover aspectos profundos de la personalidad.
- Creencia de solución de largo plazo (cuando el partido es *hoy*).

Historiando: En 1985 Joan Riera (2017) señalaba que los árbitros carecían de asesoramiento y formación psicológica. Los cursos eran de carácter técnico (conocimiento del Reglamento), con ligeros apuntes sobre cómo optimizar la preparación física.

Esta capacitación técnica incluía, además de tener buena forma física, adecuada posición en el campo de juego, agudeza visual y auditiva.

Los aspectos psicológicos no formaban parte de su instrucción. Deberían pasar los años para advertir que la preparación deportiva es un trabajo interdisciplinario, siendo el rendimiento mental parte esencial del entrenamiento integral del árbitro, con vista a una disposición psíquica óptima (extendido a otras actividades de su vida personal). Esto es lo que distingue a los árbitros más capacitados del resto.



El árbitro en un evento deportivo cumple una función compleja. No sólo la dificultad de tomar decisiones en corto tiempo, sino también la presión que el público, jugadores y entrenadores ejercen sobre él; por los escasos reforzadores positivos que recibe, y por la improbabilidad de no cometer errores (o liva Hernández, 2015).

La *Psicología del Deporte* es una rama de la psicología (como son la Clínica, Forense, Educacional, etc.). Con un rol muy preciso.

En tal sentido, algunos autores establecen dos clases de equipos relacionados con su función.

- 1) Equipo Deportivo (jugadores, cuerpo técnico): Importa el resultado;
- 2) Equipo Deportológico (médico, kinesiólogo, nutricionista, psicólogo): Importa el rendimiento óptimo y bienestar del deportista (Fariña, 2012).

o *Funciones del Psicólogo del Deporte, o Psicodeportólogo*

Asiste, evalúa, asesora e instrumenta técnicas a deportistas en forma individual y/o grupos (equipos) a fin de lograr un aumento en el rendimiento deportivo y entrenamiento.

Trabaja fundamentalmente en Prevención Primaria, para evitar posibles trastornos de conducta en situación deportiva. Ámbito laboral en los clubes: cancha, gimnasio, etc.

I. Asistencia y asesoramiento: enfocado en optimizar los recursos del deportista, y mejorar la calidad del manejo táctico y técnico. Durante toda la temporada. Asesora en Salud y Educación.

II. Evaluación psicodiagnóstica: Pruebas, a) psicométricas y b) proyectivas. Perfiles deportológicos, de personalidad, etc. Autoadministrados.

Un test psicológico establece básicamente una medida objetiva y tipificada de una muestra de conducta. Las pruebas o test psicológicos son como las pruebas en cualquier otra ciencia. Así es como le fue aplicado el test de rendimiento psicológico a los árbitros de fútbol, para analizar las insuficiencias que inciden en su desempeño arbitral.

El Inventario de Rendimiento Psicológico, elaborado por James E. Loehr (1990) para conocer el rendimiento en varias disciplinas deportivas, ha sido utilizado por Hernández Mendo (2006), por o liva en 1998 en peloteros de alto nivel de Cuba, en 2002 por Nieva en futbolistas, en 2007 por o liva, y por Murguía Cánovas en árbitros de fútbol (Ramírez et al., 2011).

Tratado por los citados autores, entre tantos, ha sido uno de los temas que mayor atención se le brinda en el desempeño exitoso de los árbitros de fútbol. Dicho de un modo u otro, se entiende como la adquisición de habilidades o destrezas mentales, indispensables para aumentar el rendimiento, o máximo resultado con alto grado de exactitud, reduciendo errores y evaluar correcta y rápidamente la situación competitiva y tomar decisiones requeridas (Murguía Cánovas, 2006).

El cuestionario de Loehr evalúa 7 áreas (42 preguntas, 6 preguntas cada área) que afectan el rendimiento:

- 1) **Autoconfianza:** Percepción del éxito (componente clave). La pérdida de confianza en sí mismo afecta su rendimiento.
- 2) **Energía negativa:** Control de las emociones negativas, como el miedo, enojo, la frustración, las perturbaciones externas, y la tensión muscular, es fundamental para el rendimiento deportivo.

- 3) **Control de la atención:** La habilidad de concentración continua. Sincronizar lo que es importante de lo que no lo es. Puede ocurrir que, en momentos críticos, el árbitro pueda distraerse, sentirse alejados, o pensar en las equivocaciones.
- 4) **Control visual y de la imagen:** Los atletas exitosos pueden pensar en imágenes –en vez de palabras–, y direccionarlas positivamente. Previsión: Verse rindiendo positivamente, visualizar situaciones desfavorables y darle pronta solución (*ganador*).
- 5) **Nivel motivacional:** Poder fijar metas con sentido. Tolerancia a la frustración. Buen manejo del fracaso y recuperación.
- 6) **Energía positiva:** Energizarse mediante la alegría, el buen humor, el positivismo y el espíritu de equipo. Disfrutar, aunque surjan situaciones difíciles. Convertirlas en Metas.
- 7) **Control de la actitud:** La actitud correcta produce control emocional, equilibrio, disciplina y energía positiva. Convertirlas en hábito.

III. Instrumentar Técnicas y Estrategias de Entrenamiento mental. Basadas en teorías conductuales y cognitivas, entre otras.

o Entrenamiento

- **Físico:** a) De esfuerzo: Sprint y aceleraciones – b) Aeróbico: Condición para tolerar estrés y fatiga.
- **Psicológico:** Concentración, atención, control de la ansiedad, del estrés, miedos, autoconfianza, comunicación, etc.
- **Social:** a) Cohesión de Equipo – Tarea grupal (actividades: recreativa y laboral); b) Mediación, o resolución de conflictos (interpersonales). Valores de equipo deportivo: Justicia, honestidad y modestia (características del buen árbitro).

o *Entrenamiento psicológico*

Entrena y Potencia las habilidades mentales.

Resultados Esperables para el evento deportivo (Ramírez et al., 2006).

- ✓ Mayor eficacia en el trabajo realizado.
- ✓ Mejor ambiente deportivo.
- ✓ Menor generación de conflictos.
- ✓ Mayor confianza en el árbitro.

- **Concentración:** Focaliza en la atención (no distraerse de estímulos internos y externos). Atención: Relación con la anterior.
- **Tipos de Atención:** Externas e internas; estrechas y amplias.
- **Motivación:** Respaldo anímico y orientado hacia objetivos.
- **Autoconfianza:** Creencias, convicción, seguridad o grado de certidumbre sobre las propias habilidades para el éxito de su misión.
Autoestima: Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo.
- **Autopercepción:** Colabora en el establecimiento de metas y la autodisciplina en el entrenamiento.
- **Control de la ansiedad y el estrés:** Tensión psíquica y muscular.
- **Toma de decisiones:** Rápidas y eficaces.
- **Comunicación:** Muy importante en el ámbito deportivo. Saber tratar con deportistas. o ptimizar el trabajo de entrenadores y jugadores. Comunicación y Liderazgo. Estilo comunicacional (lenguaje directo). Lenguajes verbal, no verbal y paraverbal.

- **Estrés:** El nivel de estrés *no* está relacionado con la condición física, sino con el estado de su sistema nervioso.
Existen dos maniobras o estrategias posibles frente al estrés: 1) Aproximación, y 2) Evitación.

- a) **Estrategia de aproximación del estrés:** Mejorar la comprensión y control de la situación.
 - b) **Estrategia de evitación del estrés:** Intento consciente de alejarse de la fuente del problema. Se utiliza cuando es incontrolable o los recursos son limitados. No hay tiempo suficiente o hay pocas posibilidades de una aproximación efectiva.
- **Estrategias de Afrontamiento del Estrés:** o rientado a *la Tarea y la Emoción* (Márquez, 2006).

El estrés altera el funcionamiento psíquico: Reduce la concentración y el foco atencional, y aumenta la ansiedad y la tensión muscular.

- **Estrés Agudo:** El árbitro interpreta una situación como estresante. Por ejemplo, una crítica, comentarios de jugadores y/o espectadores o cometer un error. Influye sobre la percepción, retención, capacidad de decisión, etc. Una respuesta inadecuada (afrentamiento inadecuado) lleva al estrés crónico.
- **Estrés Crónico:** Cuando se prolonga o extiende en el tiempo. Este alterará el funcionamiento psíquico. Toma de decisiones más lenta e insegura. Aumentará la ansiedad y reducirá la autoestima, la confianza y autocontrol.

Afrontamiento: Definición – “Conjunto de respuestas ante una situación estresante ejecutada para reducir tal situación, para controlarlas y/o neutralizarlas”.

Incluye los intentos para resistir y superar la situación estresante, restableciendo el equilibrio y adaptarse a la nueva situación.

Los intentos conscientes de resolver la situación estresante pueden convertirse en automático a través de una práctica constante.

- **Tipos de Situaciones de Ansiedad y Estrés:**
 - 1) **Daño:** Implica algo ya hecho (pasado), sin solución. Ej., Un error cometido.

- 2) **Amenaza:** Implica un daño posible (futuro). Preocupación cómo podría evolucionar.
- 3) **Desafío:** Un posible beneficio tras la situación desagradable, dominando y manteniendo la confianza (presente), se podría alcanzar con éxito. Confiar en su capacidad y controlar la situación.

o *Estrategias de afrontamiento en el deporte*

(Márquez, 2006, pp. 364 y ss.)

- **Autoconocimiento:** El deportista debe conocerse en detalle para saber sus posibilidades y limitaciones. Psicoterapia (cognitiva, sistémica breve focalizada, u otras). *Ejemplos:* Cómo reaccionaría ante determinadas situaciones o emociones; Conocimiento de sus respuestas, del entorno sobre sí, etc. Separar la información relevante de lo que carece de significación para la tarea arbitral (debe ignorarse). Ej., Reacción de los espectadores u observaciones de los jugadores. Convencimiento de tener éxito. La fuerza de convicción propia – vencer el miedo (pánico escénico) y rendir adecuadamente.
- **Visualización:** Es una técnica que programa la mente para una tarea o acción. Requiere práctica sistemática – Imaginería de tipo visual. Controla la ansiedad (cognitiva y somática). Imaginación mental de tipo visual, y también cenestésico (sentir los movimientos y control corporal). La imagería visual es útil para reducir la Ansiedad Cognitiva como la Ansiedad Somática.
- **Relajación:** a) Evitar el exceso de tensión muscular y facilitar la recuperación (cuando hay poco tiempo de descanso). **Estrategias:** a) “Técnica de relajación muscular progresiva”, o somática. Parte de que la ansiedad y el estrés se traduce en tensión muscular (técnica: tensar y aflojar los músculos); y, b) “Relajación Cognitiva”. Contrarresta la ansiedad precompetitiva, conservando la energía y contrarrestando los pensamientos negativos. El Yoga es meditación en movimiento.

o *Lenguaje*

En la comunicación, cuando emitimos un mensaje, utilizamos ciertos elementos que nos ayudan a expresarnos. A estos se le llama

lenguaje no verbal y paraverbal. Este lenguaje alude a todos elementos no verbales que participan en la comunicación, es decir, el lenguaje del cuerpo. Así, considera a todas aquellas expresiones faciales, gestos corporales, movimientos del cuerpo, mímicas y posturas que utilizan los hablantes cuando están conversando.

Cuando una persona conversa con otra, siempre existen movimientos de brazos, cambios de posturas, gestos en la cara, etc., los que van a depender de qué esté hablando, con quién y cómo se recibe la información que se entrega.

El lenguaje no verbal considera tres aspectos:

- a. **Expresiones faciales, movimientos corporales y gestuales** que son utilizadas para comunicar todo tipos de ideas: La sonrisa, mueca, dirección de la mirada, gestos corporales (cabeza, brazos), postura de los brazos y piernas. Y la buena presencia.
- b. **La distancia física** que se toma con la persona que está hablando. No debiera ser la misma cercanía física que se tiene con un compañero que cuando habla con una autoridad o un subalterno. También la disposición de los cuerpos en una conversación.
- c. **Sistema de señas**, aquellos signos que entregan información que es conocida y entendida por el grupo. Transformado en código para los árbitros, el cual entiende al verlo.

El lenguaje paraverbal:

El manejo de la voz según la situación (tono, timbre, volumen, entonación). Por ejemplo, cuando estamos enojados, sube el volumen de la voz y éste es seco y agresivo. Todos ellos: Ajustados al respeto y a la imparcialidad. Transmitiendo ser honesto, justo y responsable.

o *Percepción*

Estrategias de Observación – Percepción visual y auditiva (Guardo García et al., 2013).

- Desarrollar la percepción visual en condiciones habituales y extremas.
- Incrementar la facultad de percepción monocular (ver sólo con un ojo).

- Estimular la percepción y diferenciación de los colores.
- Mejorar la capacidad estimativa de distancias, tamaños y formas.
- Desarrollar la percepción y retención auditiva.
- Adquirir y desarrollar la facultad de situarse en el espacio mediante referencias sensoriales.

Se requiere un entrenamiento sistemático para desarrollar la agudeza visual y auditiva, la percepción inmediata de las situaciones y la rapidez de las decisiones adoptadas.

La capacidad psicológica del árbitro contribuye a mejorar la objetividad y justicia de las decisiones arbitrales, la concentración, el auto-control, reducir la ansiedad el día del juego, resistir la presión ambiental y controlar la tensión.

o *Liderazgo*

Características:

- a) El conocimiento y habilidad (persona capacitada);
- b) Trata a las personas como talentos a potencializar;
- c) Tiene visión de objetivos y sentido de dirección positivo;
- d) Es de mente abierta, preparado para el cambio y la adaptación;
- e) Comunicativo;
- f) Proactivo: desarrolla proyectos activos y audaces, generando oportunidades;
- g) Transmisor de valores.

Tipos de Líderes (según Max Weber).

- A) El **líder carismático** es al que sus seguidores le atribuyen condiciones y poderes superiores.
- B) El **líder tradicional** es aquel que hereda el poder ya sea por costumbre de que ocupe un cargo destacado.
- C) El **líder legal** es aquel que haciende al poder ya sea por elecciones o votaciones, y elige el líder legal que representa a un grupo específico.

o Valores

La aptitud o capacidad arbitral no descansa sólo en conocer el Reglamento de juego. Es imprescindible desarrollar su *idoneidad* a partir de los valores, debiéndose formar el perfil psicológico característico del árbitro (Herrera Figueroa, 1997):

- El **rigor o exactitud** de los árbitros y jueces: Lo que implica separar lo que es verdadero de lo que es falso, la verdad del error.
- La **autoridad**: Imponerse de manera elegante, lo que significa para árbitros ganarse el respeto y la confianza, por la justicia de sus actos.
- La **neutralidad**: Ser imparcial, oponerse a las influencias tendenciosas o perjudiciales.
- La **seguridad**: Dominio de las situaciones por la confianza en el conocimiento y la experiencia. El autodomínio y fortaleza de ánimo.
- La **tolerancia**: La posibilidad de autocorrección del error, como elemento constructivo y pedagógico de la autoridad de árbitros y jueces (Guardo García, 2013).

En esta línea de pensamiento, es importante reflexionar que los problemas éticos en el deporte requieren de mucha atención. Como expresión de los intereses del deporte, la ética, expresa los postulados fundamentales de la sociedad: la ayuda mutua, la solidaridad y el amor al trabajo (Gillué, 2018).



Jorge Vigliano reconocido ex árbitro platense y padre de Mauro y Paulo Vigliano, quienes siguieron los pasos en el arbitraje.

Ser árbitro de fútbol es una profesión que demanda un alto nivel de integridad, conocimiento y pasión por el deporte. Con frecuencia, los árbitros se enfrentan a la soledad y el escrutinio público, siendo responsables de mantener la justicia y el orden en el juego. Para los familiares que eligen esta carrera, puede ser un camino de desafíos constantes, pero también de satisfacciones

personales a saber que son una pieza clave en el desarrollo del fútbol. La decisión de convertirse en árbitro refleja compromiso con el deporte y con los valores de imparcialidad y respeto que sostiene una familia, a pesar de los críticos y presiones que pueden surgir (Cos, 2013).

El tema del árbitro de fútbol como ejemplo guía ha sido objeto de tempranos estudios desde la filosofía y la psicología social (Herrera Figueroa, 1974), apenas unos años después que se consolida y fija convencionalmente, con el Primer Congreso Mundial en 1965, la fecha de inicio de la Psicología del Deporte (Pérez Córdoba y Estrada Contreras, 2015). Remontándose a lejanos tiempos, el periodismo ha testimoniado las vicisitudes, breves y contextos estresantes de la difícil labor y el carácter del árbitro de fútbol, en un acercamiento a la disciplina deportiva, tal como lo describe la revista *Campeón* (1941). Incluso, con soplo poético y plétórico mensaje, se hicieron también excelentes descripciones de esta singular figura que corre por los campos de fútbol (Fernández García, 1952), casi solitariamente, sin llegar a escucharse –en su proba y espinosa tarea– el aliento de partidarios o simpatizantes.

Referencias

- Calle, Jesús y Pinelo, Dora Beatriz (diciembre 2017). Aptitudes diferenciales y factores de personalidad en árbitros de fútbol de la ciudad de La Paz. *Revista de Psicología*, (18), 59-85. Recuperado de <http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci-arttext&pid=S2223-30322017000200006>
- Cos, Lorena (21 de diciembre 2013). *La soledad del árbitro: la reflexión de una psicóloga deportiva*. *Árbitro10.com*. Recuperado de <https://www.arbitro10.com/noticia/la-soledad-del-arbitro-la-reflexion-psicologa-deportiva>.
- El blog de Salusplay. SalusOne (2004). *Clasificación de liderazgo según Max Weber*. Recuperado de <https://www.salusplay.com/blog/clasificacion-liderazgo-max-weber/>
- Fariña, Lorena (2 de enero de 2012). Psicología y Deporte. Reportaje. (Entrevista a la Lic. Lorena Fariña). *Lo de Rodrigo*. Recuperado de <http://loderodrigo.blogspot.com/2012/01/psicologia-y-deporte-reportaje.html?m=1>

- Fernández García, Juan María (1952). *Fútbol. Versos*. (Colección Lunes, pp. 17-18). Ediciones Centro.
- Gillué, Gerard Soriano (2018). *La experiencia de ser árbitro de fútbol: fuentes de estrés y apoyo organizacional* [Tesis doctoral en Psicología de la Salud y Psicología del Deporte]. Universitat Autònoma de Barcelona. Recuperado de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/664007/gsg1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guardo García, María Elena (febrero 2013). Competencias necesarias para los árbitros y jueces del deporte. *EFDeportes.com, Revista Digital*, año 17, (177). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd177/competencias-necesarias-para-los-arbitros-del-deporte.htm>
- Guardo García, María Elena, Mesa Anoceto, Magda y Freitas Díaz, Isabel María (abril 2013). Sobre algunos métodos cualimétricos en la Cultura Física: criterio de expertos, especialistas, peritos, jueces y árbitros, usuarios y evaluadores externos. *EFDeportes.com, Revista Digital*, año 18, (179). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd179/metodos-cualimetricos-en-la-cultura-fisica.htm>
- Hernández Mendo, Antonio (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (1), 71-93. Universitat de les Illes Balears.
- Herrera Figueroa, Miguel (1974). El director, el árbitro y el juez en *Sociología del espectáculo* (Biblioteca de Psicología y Sociología, Vol. 62, pp. 114-143). Paidós.
- Herrera Figueroa, Miguel (1997). De los valores y del tiempo en *Filosofía de los valores* (pp. 151-202). Leuka.
- Loehr, James (1990). *La excelencia en los deportes: como alcanzarla a través del control mental* (Trad. Patricia Wightman, 1.ª ed., pp. 191-203). Planeta Colombiana Editorial, S.A. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33760209>
- Márquez, Sara (mayo 2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6 (2), 359-378. Asociación Española de Psicología Conductual. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/337/33760209.pdf>

- Murguía Cánovas, Gabriela (2006). *Elaboración y estandarización de un instrumento de medición del autocontrol de los árbitros de fútbol mexicanos*. Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte.
- Oliva Hernández, Jorge A. (2015). *Importancia del rendimiento Psicológico en el desempeño del árbitro de fútbol*. Recuperado de <https://docplayer.es/4866718-Importancia-del-rendimiento-psicologico-en-el-desempeno-del-arbitro-de-futbol.html>
- Pérez Córdoba, Eugenio A. y Estrada Contreras, Omar (2015). Historia de la Psicología del Deporte. *Apuntes de Psicología*, 33 (1), 39-46. Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental y coeditada por las universidades de Cádiz, Córdoba, Huelva y Sevilla.
- Ramírez, Amaia, Alonso-Arbiol, Itziar, Falcó, Francesc y López, Manuel (2006). 7. Programa de Intervención Psicológica con Árbitros de Fútbol. Resultados esperables para el evento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (2), 314. Universitat de les Illes Balears. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119208009.pdf>
- Ramírez Bautista, María Alejandra y Caicedo Franco, José Gabriel (mayo 2011). *Características psicológicas para el rendimiento deportivo en las jugadoras de la Liga Risaraldense de Voleibol categoría menores 2010* (pp. 1-17,30 y ss.). Programa Ciencias del deporte y la recreación. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Tecnológica de Pereira.
- Revista Campeón (10 de junio de 1941). *Ir en camiones blindados* (p. 13).
- Riera, Joan, Caracuel, José Carlos, Palmi, Joan y Daza, Gabriel (2017). Psicología y deporte: habilidades del deportista consigo mismo. *Apuntes. Educación física y deportes*, 1 (127), 82-93.
- Riera Árbol, Joan (2010). *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas* (5.ª ed.). Inde Publicaciones.
- Ruiz Llamas, Guillermo y Cabrera Suárez, Dolores (2006). Valores en el deporte. *Revista de Educación*, (335), 9-19 (Fecha de entrada: 29-03-2004. Fecha de aceptación: 28-06-2004). Recuperado de <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:61fac5cf-2550-463c-947e-6462de143872/re33503-pdf.pdf>
- Viade, Albert (2003). *Psicología del rendimiento deportivo* (p. 23). Editorial UOC.

10. APTITUDES PSICOLÓGICAS: LOS PILARES DE LA FORTALEZA MENTAL DEL DEPORTISTA

Resumen: La película “Que baje Dios y lo vea” ejemplifica las aptitudes psicológicas que conforman el esquema de los *cuatro pilares de la fortaleza mental*, aplicados al deportista y explica brevemente de qué forma se despliegan en la película.

Palabras clave: Fortaleza mental – motivación – concentración – confianza – control de presiones.

Presentación:



Pudiéremos presentar aquí películas de *epopeyas heroicas, biografías de ídolos deportivos, relatos épicos o aventuras* de la más variada especie, donde se hallan con facilidad las aptitudes descritas en el esquema de M. Roffé (1999, 2004). No obstante, hemos elegido una comedia española cuyo rasgo original es la fusión de la iglesia y el fútbol para ilustrar cómo allí también, aun tratándose de una ficción, de un género difícil –sin sobrados méritos cinematográficos–, se impregna de estos elementos fundamentales. No estamos refiriendo a la película “Que

baje Dios y lo vea”, del director Curro Velázquez.

La película no es una gran historia, aunque se destacan los valores y mensaje transmitidos. Y, quizá lo más importante, esta película de duración corta es un ejemplo de superación. En ella despliega, en mayor o menor medida, las aptitudes psicológicas que conforman el esquema de los cuatro pilares de la fortaleza mental.

Título: “Que baje Dios y lo vea”.

Año: 2017.

Nacionalidad: España.

Género: Comedia.

Duración: 95 minutos.

Director: Curro Velázquez.

Guión: Curro Velázquez y Mauricio Romero.

Fotografía: Unax Media.

Productora: Morena Films, Uno Equis Dios y Turanga Films.

Protagonistas: Alain Hernández, Karra Elejalde, Macarena García, Joel Bosqued, Tito Valverde, Antonio Durán “Morris” y El Langui.

- **Sinopsis:**

La película está ambientada en el monasterio de San Teodosio, que está al borde del cierre. El obispado decide vender los terrenos. Allí los religiosos, seminaristas, se debaten resignados al final. El futuro será convertirlo en paradores turísticos, en hosterías. El convento se encuentra dirigido por el testarudo padre Munilla (Karra Elejalde) que, pese a sus buenas intenciones, se halla rendido a abandonar el lugar.

En esas circunstancias llega el padre Salvador (Alan Hernández), un religioso joven, con un sentido radical de la justicia, alejado totalmente de la curia en su labor de misionero en África –donde los niños se conectaban alegremente a través del fútbol–, y que entiende la labor de la Iglesia de una forma totalmente práctica, más allá del estudio teológico y de incunables enmohecidos. Como castigo a su rebeldía, el padre Salvador había sido así enviado de vuelta a España, justamente al monasterio de San Teodosio, prototipo de todo lo que el misionero aborrece dentro de la Iglesia: inmovilismo, ranciedad e incapacidad para poner en práctica la teoría.

No demoraría en proponer un cambio. Como solución para evitar el desahucio, el padre Salvador propone que San Teodosio participe en la *Champion Clerum*, un torneo de fútbol europeo para religiosos que

enfrenta a todas congregaciones y cuya gran final se juega en el mismísimo Vaticano. Si el monasterio gana el torneo, no podrán cerrarlo. El problema es que ninguno de los religiosos –salvo, obviamente, un brasileño– sabe jugar.

Al principio encuentra oposición, pero finalmente el padre Munilla accede a la propuesta del recién llegado. Aún las diferencias de perspectivas, acuerdan en formar a un grupo de jóvenes que aspiran cambiar el mundo y evitar que su casa se convierta en un hotel. El humor y la amistad se suceden.

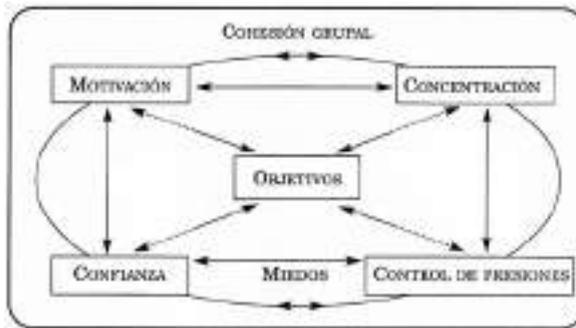
El debut del inexperto equipo es bochornoso y desalentador. Tendrán que hacer toda una gesta deportiva para remontar, y para ello necesitarán algo así como *un milagro* para ganar algún partido. Pero el padre Salvador –vestido en líder y entrenador– sabe revertir las adversidades. Con la ayuda de dudosos fichajes, como el de un jugador perteneciente a un equipo de un monasterio evangélico, y un intenso y desacostumbrado entrenamiento, el equipo se proclama campeón nacional. El ánimo está en alza y pocos pueden creer lo que han alcanzado. En esa condición, disputa la ansiada *Champions Clerum*, algo así como la *Champions League* de la cristiandad. Para alzarse con el título de campeón, el San Teodosio, tenía que batir a la selección de fútbol de Ciudad del Vaticano. Parece una meta imposible, que va más allá de lo deportivo.

A pesar de los intentos del obispo de convencer al padre Munilla para que perdiesen el partido y así no dejar mal al equipo vaticano, el San Teodosio no se aparta de su propósito, y a pesar de llegar a los penales, gana, y lo hace –justamente– con un gol del padre Munilla. Esto permite la salvación del monasterio, e inclusive mejorarlo tras una inesperada llamada del Papa. El *padre Salvador* pudo regresar a África para continuar con su obra.

- **Formas en que se despliegan las aptitudes psicológicas que conforman el esquema de los cuatro pilares de la fortaleza mental:**

El eje de la película es la fortaleza mental de un grupo de frailes que, sin recurrir a la intervención divina, hace posible el anhelo de alcanzar una meta compartida por todos sus integrantes. Queda visto que sólo es posible a través de la **cohesión grupal**. La unión de intereses y

objetivos para alcanzar determinado fin, siendo fundamentales la camaradería y la lealtad. Estamos persuadidos que no existe equipo si antes no hay un grupo humano consolidado.



Esquema de los 4 pilares de la fortaleza mental

La **motivación** es una constante, liderados por un entrenador –el padre “*Salvador*”– que los guía, corrige pacientemente, estimula, acompaña y los contiene, superando los excesos de los estados emocionales que suponen las competencias (miedos, ansiedad). Es el facilitador de oportunidades, aún para quien no tiene chances de jugar o cumplir un buen desempeño (supo definir las posibilidades reales, y hallarle un lugar). Se lo ve trabajar, por un lado, con la autoestima, la autoconfianza, promoviendo las ansias de ganar, la participación de todo el plantel y vigorizando el compañerismo, la amistad, que se fortalecen al pasar del tiempo y del torneo. Se encuentran con el triunfo, que no es fortuito. La convicción de poder alcanzar el éxito deseado, sobre la base de las aptitudes demostradas dentro y fuera del campo de juego. Hay compromiso.

Y, por otro lado, manteniendo la *motivación extrínseca*, a través de las recompensas obtenidas en las prácticas deportivas y los logros adquiridos en cada paso de cara a la final, la meta que les permitiría continuar en *su casa*, el monasterio. Será labor y responsabilidad de todos. Se muestran serenos, pero el humor ayuda a despejar los temores y las tensiones.

La **presión psicológica** se hace notable en la gran final con el equipo vaticano. El equilibrio entre las demandas externas y las respuestas internas quedan saldadas en el vestuario, en el entretiempo. Están dispuestos a ganar, sin importarles la autoridad, ni los mandatos. Las presiones y los miedos (incluso en forma de amenazas verbales) las convierten en motivaciones positivas. Tienen la confianza en sí mismos, en sus propios recursos, y en sus compañeros de poder alcanzar la meta. La preparación física y psicológica posee el temple necesario. Están focalizados totalmente en el objetivo. La tibieza inicial, cuando ingresan al *field*, queda atrás y por delante sólo está el arco y el jugador rival a superar.

La instancia última y decisiva es el tiro penal. Esa responsabilidad es tomada por el padre Munilla, el director del monasterio, quien se había mostrado tan conservador. Toma la decisión, y asume las consecuencias. Allí se posiciona llevando sobre las espaldas (y pie) la fortuna de mantener *su* monasterio, o el fracaso. No lo delega en nadie más. Frente a la pelota y a los tres palos, eleva su mirada al cielo, la baja hacia el entrenador y los jóvenes seminaristas –jugadores del San Teodosio–, y se *reconcentra*, oteando en su interior y hacia el arco. Cumple con la tríade *preparación, decisión y ejecución*. Un shock preciso vence la resistencia del arquero y estalla la parcialidad.

La gran motivación, la confianza, el control de presiones –de variada especie, individuales y colectivas–, y la concentración –en particular, en los momentos cruciales–, que supera los miedos, cristianizan la cohesión grupal en el logro del objetivo.

Referencias

- Roffé, Marcelo (1999). *Psicología del jugador de fútbol. Con la cabeza hecha pelota* (6.ª ed. abril 2015, pp. 28-31). Lugar Editorial.
- Roffé, Marcelo (mayo 2004). Cómo evaluar las presiones y miedos de los deportistas de Selección: una experiencia de 4 años con futbolistas juveniles. *Efdeportes.com, revista digital*, año 10, (72). <https://www.efdeportes.com/efd72/presión.htm>

Velázquez, Curro (2018). *Que baje Dios y lo vea* [Película]. Uno Equis Dios, A.I.E., Morena Films, Turanga Film, S.L.U. Recuperado de <https://youtu.be/G-girvvPGyg>. <http://www.deaplaneta.com/es/que-baje...> <https://www.facebook.com/DeAPlaneta>. <https://twitter.com/DeAPlaneta>. Instagram: <https://www.instagram.com/deaplaneta/>

11. ALCANZAR EL ÉXITO EN EL DEPORTE

Análisis de la película “Juego de Honor” (Coach Carter)

Resumen: La película “Coach Carter” (2005), es una historia real del entrenador de básquetbol Kenneth Carter. El argumento muestra un abanico interminable de conflictos cuando se hace cargo de un descarriado grupo y lo convierte en un equipo ganador y jóvenes con futuro, sobre la base de procedimientos poco convencionales y muy estrictos. La apropiada contención, la creatividad, el contrato pactado de reglas precisas y la guía, surgen como algunos de los aspectos más salientes para alcanzar un logro. Un resultado que excede lo meramente deportivo y que involucra a la persona en su totalidad. Nuevamente, el juego, el deporte, es expresión de la vida, de una lucha reglada por alcanzar las metas propuestas.

Palabras clave: Comunicación – liderazgo.

*“Si luchas, puedes perder.
Si no luchas, ya has perdido”.*
(del filme Million Dollar Baby, 2004)



Título: “Juego de Honor (Coach Carter)”.

Año: 2005.

Nacionalidad: Estados Unidos.

Género: Drama.

Duración: 136 minutos.

Director: Thomas Carter.

Guión: Mark Schwahn y John Gatins.

Fotografía: Sharone Meir.

Productora: Paramount Pictures.

Protagonistas: Samuel L. Jackson, Rick González, Debbi Morgan, Rob Brown, Robert Ri'chard, Nana Gbewonyo, Antwon Tanner, Channing Tatum, y Texas Battle.

Estreno: 14 de enero de 2005 en Estados Unidos y en Argentina el mismo año..

I. Variables que hacen al éxito de un equipo

El éxito se define como la consecución de una meta deseada. Para alcanzarlo debe empezar por trazar una *meta* de logro y un *plan*. Esta es la parte más importante y más difícil porque si se persigue una meta y se traza un plan equivocado (sea por formular objetivos irrealizables o errados), resultará muy arduo llegar a rectificar el rumbo. Un punto inicial es evaluar la capacidad de alcanzar las metas. Que un equipo sea exitoso –atento a los objetivos y metas propuestas– dependerá de motivaciones, intereses, principios y valores (historia, identidad, pertenencia, etc.), entre otros. Sin duda, la conformación de un *buen plantel de jugadores* y un *buen cuerpo técnico y médico*, son bases fundamentales. Las cualidades impuestas, en detalle y en cada caso, han sido debidamente examinadas. Coadyuvará si están contenidos en una institución ordenada.

Aunque existen distintos roles y jerarquías, todos los integrantes de un equipo son necesarios para que los planes y proyectos puedan lograrse, siendo cada uno variables independientes. Una condición para alcanzar el éxito, es transitar las *Etapas en la constitución de un equipo deportivo*. Las fluctuaciones o esquivas a los problemas durante las etapas 2-4, podrán paralizar o interrumpir el ineludible proceso del denominado *ciclo vital*. De ahí que se deberá estar atento a cómo evolu-

ciona y resuelven los distintos estadios. Aquí puede fracasar cualquier proyecto colectivo, si se frena o empaña, tornándose irresoluto.

Será de gran importancia no sólo la *cohesión afectiva o social* (variable dinámica), sino la *cohesión de tarea*, las cuales son variables endógenas pasibles de evaluar y medir. En relación a estas, la efectividad de un equipo requiere: *comunicación, cooperación, colaboración y compromiso deportivos*.

En tal sentido, acentuamos la importancia de la *mediación en los conflictos*, habitualmente concernidos a posiciones e intereses en pugna que entorpecen el rendimiento, a la par de todas las variables involucradas (motivación, cohesión, etc.), producto algunas veces de un error en la comunicación, y resueltos a través de la palabra, sujeto a las pautas y normas que rigen las relaciones interpersonales.

A la vez, subrayar lo esencial que representan los líderes para el éxito de un equipo. Desde luego, no podemos hablar de equipo si no hablamos de liderazgo y motivación. Mimi C. Murray (1991), en su libro conjunto *Psicología del Deporte*, enumera en el capítulo 7 (“Eficacia del liderazgo”) once interesantes requisitos –a los cuales adherimos–, más ajustados a la figura del entrenador. No obstante, adquiere fundamental valía la presencia de fuertes líderes o referentes naturales en el equipo. Las cualidades usuales *son físicas, emocionales y cognitivas*. Hace de interlocutor fuera del campo de juego con el técnico, u otros. Es muy distinto estar *dentro* que fuera de la cancha, y correr junto con sus compañeros. Ese líder –pudiendo ser más de uno– es quien suele tener una visión estereoscópica, *una perspectiva de 360°*, quien prevé y anticipa las acciones de ambos equipos, el que ordena y comanda el juego en lo inmediato, el soporte moral en las recaídas y el que marca el ritmo del equipo, y en quien se apoyan sus compañeros dentro del *field*. Es quien más los conoce y posee la fortaleza y habilidad de “ponerse el equipo al hombro”, y remontar un resultado.

II. “Juego de Honor”: Ejemplos de comunicación no verbal

- **Ejemplo 1.** La escena cuando Timo Cruz va a la casa del entrenador Ken Carter, tras la muerte de su primo Renny, abatido a tiros,

envuelto en el tráfico de drogas. El joven, desconsolado, apoya su cabeza sobre el hombro de Carter, y este –frente al gesto de asombro de Damien, su propio hijo– ve al padre, también conmovido por lo ocurrido, tenderle al confundido estudiante un abrazo contenedor.

- **Ejemplo 2.** Se produce cuando Carter –resignado a abandonar el colegio– va a recoger sus pertenencias, advierte que la cadena con el candado del gimnasio ha sido arrancada, y se halla con la sorpresa de que su equipo, sus alumnos, se encuentran sentados en pupitres en el centro de la cancha de básquet, en situación de estudio de clases, junto a tres de sus profesores. Claramente las posturas y expresiones corporales denotan su apego y lealtad al entrenador, quien no puede contener las lágrimas.

III. Momentos donde la comunicación no fue efectiva

Una de las escenas más notorias ocurre cuando Ken Carter, tras aceptar el trabajo como entrenador del equipo de baloncesto (básquet) en su vieja escuela de Richmond Hight School, toma el relevo de un agotado entrenador White. Al ingresar al gimnasio se encuentra con los irrespetuosos miembros del equipo, imponiéndoles a cada uno la firma de un contrato, dándoles instrucciones para que asistan a clases y mantengan un promedio académico de 2.3 (aunque la obligatoriedad es para ellos de 2.0). Sin embargo, tres jugadores se niegan a firmar el contrato y abandonan el equipo, originándose un roce violento entre Timo Cruz y el entrenador Ken Carter. La actitud de los tres estudiantes-jugadores es más que elocuente, denotando la falla en la comunicación: el circuito emisor-receptor queda roto.

o tro momento es cuando llega a la escuela y no explica el método a implementar a la directora, y le pide que le den los recursos necesarios para hacer su trabajo: las planillas de asistencias y calificaciones de los jugadores de su equipo. Esto provoca la irritación y el rechazo de las autoridades y docentes a su injustificada petición.

IV. Ejemplos donde Carter modifica la conducta mediante la comunicación

- **Ejemplo 1:** Hacerles firmar el contrato, explicándoles las condiciones (calificaciones 2.3, no faltar a clases, sentarse en la primera fila,

mejorar la apariencia mediante el uso de camisa y corbata, hablar con propiedad, etc.), genera cierto desconcierto en el grupo, pero es aceptado por la mayoría. Refuerzo positivo.

- **Ejemplo 2:** La primera vez que regresa el indisciplinado Timo Cruz le impone hacer una descomunal cantidad de líneas (1.000) y flexiones (2.500), conocidas como *lagartijas* [n: Un ejercicio físico cuyo récord mundial le pertenece a Jarrad Young, al completar en 2017 una serie de 2.806 flexiones]. Sus compañeros, notando la enorme dificultad de cumplir con la *penitencia*, se ofrecen a ayudarlo con el ejercicio. El entrenador Carter advierte en esa actitud un gesto solidario, y ve la ocasión para crear unión en el grupo, accediendo a que los demás integrantes colaboren con él, para que pueda continuar en el equipo, haciendo ellos mismos parte del ejercicio. Carter le quita algo negativo, como es hacerle cumplir al joven la totalidad de la pena y levanta *parcialmente* la sanción. Refuerzo negativo.
- **Ejemplo 3:** El equipo de Richmond Hight School gana un torneo. Después de una desobediencia –tras el éxito, y en festivo–, Carter regresa a su oficina y observa en los informes de progreso que le enviaron los profesores que algunos de sus jugadores han estado faltando a clases. Defraudado, al comprobar que no todos habían cumplido con el contrato, decide cerrar las puertas del gimnasio, envía a todos a estudiar y suspende los entrenamientos y juegos hasta que hayan mejorado sus calificaciones. No se ve intimidado por los pobladores, padres y aún por el consejo escolar. Castigo negativo.

V. El liderazgo efectivo de Carter

Aun considerando que su método poco convencional fue considerado muy extremo, castrense y moralista en exceso, aplicado en una escuela secundaria de Richmond, California, en un distrito con problemas sociales como el crimen, las drogas, la falta de oportunidades y la pobreza, se podría suponer que requeriría –justamente– medidas extremas.

De todas formas, Ken Carter toma al equipo con una marca de 4 victorias y 20 derrotas, y termina con un récord de 19 partidos ganados y sólo cinco perdidos y el final revela que seis de sus jugadores (Jason

Lyle, Damien Carter, Timo Cruz y Kenyon Stone, entre ellos) fueron admitidos a la universidad y se han graduado. “Ganar aquí (en la cancha) es la clave para ganar allí fuera (en la calle)”, dirá Carter. Las distintas escenas que muestran –especialmente, hacia el final del filme– el apoyo de la clase, del equipo, que entendió el sentido educativo que Carter le asigna a la práctica deportiva, y cómo la exigente disciplina que requerían pudo transformar y producir grandes cambios en sus vidas. El triunfo de un equipo de baloncesto hubiera quedado en la memoria de los jóvenes como su mayor satisfacción. Allí demostró conocimientos técnicos y tácticos, tal como tornar un equipo eficiente, pero su perspectiva es más ambiciosa: “No puedo apoyar el mensaje de que ganar partidos es más importante que graduarse o ir a la universidad”, sentencia Carter en una de las escenas, lo que es tomado por los estudiantes y seguido sus enseñanzas. Un ejemplo más de cómo ejerció su liderazgo. La idea de potenciar el desarrollo intelectual, o más propiamente, del esfuerzo educativo para superarse a sí mismos, por encima de cualquier otra actividad. De la fuerza interior para alcanzar alternativas de vida y metas trascendentes. Con fina ironía, Ken Carter sellará: “Mi plan ha fallado: vine a entrenar a jugadores de baloncesto y ustedes se han hecho estudiantes. Vine a enseñar a niños y ustedes se han hecho hombres”. Lo ha logrado.

VI. Características principales de Carter

Frente a un grupo indisciplinado, revuelto, enmarañado, donde impera el desorden y la desobediencia, se ajusta desde un primer momento –en función de las características de los deportistas y de las limitaciones de la situación– a esta enredada realidad. Son jóvenes que arrastran problemas domésticos y sociales, en una comunidad barrial y educativa en la que sojuzga el conformismo y la resignación. Al respecto, John F. Kennedy ha dicho que “la conformidad es el carcelero de la libertad y el enemigo del crecimiento” (Kennedy, 1961, párr. 67). En todo momento demuestra *firmeza de convicciones y acciones*. Sabe que aflojar sería interpretado como un signo de debilidad y que no podría recuperar la autoridad que le fue delegada. Los seguidores necesitan que el líder aporte estabilidad, y la encuentran en Carter. También necesitan

recurrir a él cuando lo necesitan, y Carter no elude el requerimiento en ningún momento. Conceptos como seguridad, soporte y tranquilidad, son exteriorizados por los seguidores.

Esa firmeza es puesta a prueba durante un largo tramo del filme, pero termina sirviéndole de soporte para las debilidades del equipo. El grupo irá a reflejar la imagen que proyecte el líder. Y la *credibilidad* habilita la *confianza* que irá a generar. *Conocimiento, seguridad, convicciones, habilidad* para desarrollar un ambiente propicio donde los jóvenes puedan alcanzar su potencial, son rasgos esenciales en los cuales el estudiantado repara y cimenta su admiración y, desde donde Carter ejerce el liderazgo. “La historia nos nutre de elocuentes ejemplos de por qué se sigue a un líder –dice J.L. Zunni (2020)–. Surge que transmiten seguridad, confianza y una especial fuerza para enfrentar el futuro”. Exactamente, hacia allí, hacia donde tiene su mirada Ken Carter, apuntando al logro de ciertas metas que exceden el deporte.

Hay claridad en sus palabras, en sus ideas, en su criterio. Exhibe buena adaptación al medio, sin olvidar que fue en esa escuela donde estudió. Sabe cómo piensan esos jóvenes, porque no son ajenos. Le resulta un desafío modificar el inexorable destino de la mayoría: la cárcel, en vez de la universidad.

VII. Estilo de liderazgo

Como en el deporte del cual es el entrenador, Ken Carter demuestra gran adaptabilidad a los distintos contextos o escenarios, sin renunciar a sus principios y metas. Como buen estratega, observa los factores situacionales, y combina e integra hábilmente el estilo democrático con el autocrático.

Su estilo democrático lo expone a través de su preocupación por los integrantes del equipo, por el grupo, generando vínculos amistosos, en el disgregado plantel. Hace un seguimiento de las calificaciones obtenidas por su equipo, exigiéndoles asistir a clase y mantener su promedio para que puedan aspirar a ingresar a la universidad. También, cuando respeta la decisión de su hijo Damien de abandonar la escuela donde cursaba e ingresar a la Richmond Hight School.

Su estilo autocrático se observa cuando llega a la escuela y, sin explicarle el método a implementar a la directora, sólo le pide que le den las planillas de asistencias y calificaciones de los jugadores de su equipo, que requería para hacer su trabajo. El sistema que intenta emplear concentra su poder decisorio y acciones, sin quedar sujeto a restricciones externas, ni a mecanismos de control. En esa línea, fija metas, dirige, impone el orden mediante un contrato –con sus propias leyes, reglamentos– que deben firmar y cumplir para ser parte del equipo.

Visto desde otros autores, podría mostrar que –al final del filme, y de las clases en su último año– se aplica el *estilo laissez-faire* (del francés, “dejar hacer”), cuando el entrenador, tras sentar las bases de su enseñanza, observa cómo los jóvenes, comprendiendo y aceptado su método, han alcanzado un nivel de madurez suficiente para poder desenvolverse autónomamente. La escena de los alumnos en el gimnasio, sentados en sus pupitres, asumiendo responsablemente su labor, es reveladora. Desde otra perspectiva, la película ofrece también un estilo de liderazgo *transformacional*, expresión tomada de la lingüística y adoptada como método para fomentar el cambio y enfrentar el proceso de dicho cambio (Kotter, 2005). La labor no es fácil, debiendo tener en cuenta que el entrenador es el primer líder de un equipo (Diorio, 2013).

Cualquiera que sea el estilo utilizado, nunca se termina de conocer todo ese gran intangible que es el carisma de un líder y la atracción que provoca en los demás.

Referencias

- Diorio, Germán (2013). El Líder en *El psicólogo del club* (pp. 75-80). El Arco.
- Kennedy, John F. (25 de septiembre de 1961). *Discurso del presidente John F. Kennedy ante la Asamblea General de la ONU* [Transcripción de discurso]. Departamento de Estado de EE.UU. Recuperado de <https://2009-2017.state.gov/p/io/potusunga/207241.htm>
- Kennedy, John F. (1961). *Discurso ante la Asamblea General de las Naciones Unidas, 25 de septiembre de 1961* (registros textuales). En Papeles de John F. Kennedy. Documentos presidenciales. Archivos de la Oficina del Presidente. Recuperado

e 19 de febrero de 2024, de Biblioteca J.F.Kennedy.org. https://www.jfklibrary.org/asset-viewer/archives/jfkpof-035-048#?image_identifier=JFKPOF-035-048-p0001

Kotter, John (noviembre 2005). Lo que de verdad hacen los líderes. *Harvard Business Review*, 83 (11). Cit. Los clásicos de HBR.

Murray, Mimi C. (1991). Eficacia del liderazgo en Jean M. Williams, *Psicología del Deporte* (pp. 158-177). Biblioteca Nueva.

Zunni, José Luis (26 de junio de 2020). ¿Por qué se sigue al líder? *Blog José Luis Zunni*. <https://ecofin.es/por-que-se-sigue-al-lider/>.

12. REFLEXIONES PSICOLÓGICO-EXISTENCIALES DEL FILME “UN SUEÑO POSIBLE”

(The Blind side: The evolution of a game)

Sinopsis del filme: Una familia adopta a un joven de las calles y lo ayudan a alcanzar todo su potencial como jugador de fútbol americano. “Un sueño posible” es el título con que se conoce en España e Hispanoamérica la película, objeto de este análisis desde una perspectiva humanista de la *psicología del deporte*. El original: “*The Blind side: The evolution of a game*” (2009), es decir, “El lado ciego: La evolución de un juego”, basado en el libro biográfico de Michael Lewis.

Temática y argumento: Una familia acoge a un joven de bajos recursos y lo ayudan a alcanzar todo su potencial como jugador de fútbol americano y como ser humano. Ello en una sociedad que valora especialmente los deportes desde la escolaridad.

Contexto: La película se sitúa en una escuela privada donde ingresa un alumno de 17 años, Michael o her, quien es tenido en cuenta por sus habilidades en la práctica deportiva, con la pelota. Su aspecto es obeso y robusto, pero de movimientos ágiles, y de raza negra.

La película muestra dos contextos sociales notoriamente definidos. Por un lado, la familia Tuohy, de raza blanca, y de clase socio-económica alta. En tanto, Michael o her ha crecido en un pobrísimo barrio de Memphis, Tennessee, conocido por su indigencia.

Conflicto: La película plantea, entre otros, la generación de un conflicto compuesto, por una parte, por la falta de entendimiento del entrenador del equipo para transmitir lo que quiere del jugador desde el punto de vista técnico, táctico y estratégico, y por la otra, de Michael, en la comprensión de lo que se pretende de él.

Sin dudas, la madre adoptiva se constituye en la *psicóloga del deporte* de Michael, y del triunfo del equipo. Ella es la que ingresando al campo de juego instruye al joven a proteger al *Mariscal de Campo*, como él mismo protege a los miembros de la familia. Michael comprende el mensaje. El juego cambia radicalmente y empieza destacarse en el deporte.

Conclusiones: Para finalizar, la película abunda de enseñanzas de vida, sentimientos y valores solidarios. No hay equipo si no se consolida el grupo. Y cada integrante es un ser humano –un ser *con otros*– al cual tiene que conocerse sus cualidades y potencial.

Palabras Clave: Equipo y grupo – punto ciego – enseñanzas de vida – humanismo – honor y valor.

Título: “Un Sueño Posible (The Blind Side: The Evolution of a Game)”.

Año: 2009.

Nacionalidad: Estados Unidos.

Género: Biográfico. Drama.

Duración: 2 horas y 9 minutos.

Director: John Lee Hancock.

Guión: John Lee Hancock, basado en el libro “The Blind Side: The Evolution of a Game” de Michael Lewis.

Fotografía: Alar Kivilo.

Productora: Alcon Entertainment y Warner Bros.

Producción: Andrew Kosove, Broderick Johnson y Gill Netter.

Montaje: Mark Livolsi.

Protagonistas: Quinton Aaron (Michael o her), Sandra Bullock (Leigh Anne Tuohy), Tim McGraw (Sean Tuohy) y Jae Head (S.J. Tuohy).

Estreno: 20 de noviembre de 2009 en Estados Unidos y el 18 de marzo de 2010 en Argentina.

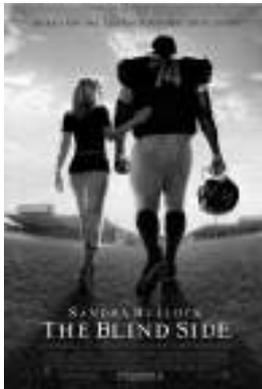
“La diferencia entre lo imposible y lo posible radica en la determinación de una persona”⁵. Tommy Lasorda

“Un sueño posible” es el título con que se conoce en España e Hispanoamérica la película, objeto de este análisis desde una perspectiva humanista de la *psicología del deporte*. Un título que sugiere un deseo, un anhelo, capaz de ser concretado. No obstante, el sueño es en sí mismo algo inasible, etéreo, inmaterial. Puede tomar la forma de una ilusión, un ensueño o una fantasía, quizá realizable. Allí donde se abre la esperanza ¿Acaso posible? Es el afán, el ansia, el empeño y la voluntad las que motorizan al o a los so-

⁵ La cita de Tommy Lasorda (1989), resalta la importancia de la determinación en el logro de metas aparentemente inalcanzables. Lasorda, reconocido entrenador de béisbol, comprendía que no es la capacidad innata o las circunstancias las que determinan el éxito, sino la disposición de perseverar y esforzarse ante cualquier desafío. Esta frase nos inspira a creer en nuestro potencial y a no renunciar frente a obstáculos, pues con la determinación adecuada, todo aquello que parezca imposible puede llegar a convertirse en una realidad tangible.

ñantes (pensemos en un sueño colectivo) para que se convierta en un sueño cumplido. Con esta expectativa asistimos a la proyección del filme.

Pero no pasa desapercibido que su título ha sido adaptado para el público de habla hispana. El original: “*The Blind side: The evolution of a game*” (2009). Es decir, “El lado ciego: La evolución de un juego”, basado en el libro biográfico de Michael Lewis. Un nombre muy sugerente, pero que toma significado más fácilmente en los países en que se practica el fútbol americano.



Los primeros minutos de proyección dan una clave, mientras las imágenes de un dinámico partido con una voz femenina en off que advierte que “todo es posible”: Una jugada, una rotura de huesos, lo inesperado. El jugador no ve a su compañero, pero lo imagina o supone dónde está. Allí es donde aparece el *punto ciego*, el lado oscuro. Haciendo una breve y rápida descripción, esa voz señala: El tacleador ofensivo izquierdo (o T) (y el guardia ofensivo, izquierdo, oG) debe ser robusto (...), saber bloquear en jugadas de carrera y pase. Su función “es proteger al *mariscal de campo*⁶ de lo que no ve llegar”, como dice la voz en off en la película. Justamente, proteger el *punto ciego*, aquello que su compañero, por su posición, no alcanza a ver.

⁶ *Mariscal de campo*: Anglicismo. *Quarterback* (QB), miembro del equipo ofensivo que se sitúa justo detrás del *center*, en el medio de la línea ofensiva. Una vez que recibe el balón, puede correr con él, dejárselo en mano a otro jugador o intentar un pase. En el fútbol americano, este lanzador de la pelota suele presentar contextura más delgada y buen pase.

Contexto

La película se sitúa al comienzo en una escuela privada, la *Briarcrest Christian School*. El pedido de un hombre por el ingreso de un alumno –nuestro protagonista masculino–, de 17 años, Michael o her es tenido en cuenta por sus habilidades en la práctica deportiva, con la pelota. Su aspecto es obeso, con más de 100 kg., pero de movimientos ágiles, de raza negra, 1,90 m y viste unos harapos.

Allí se lo ve transponiendo un pórtico de acceso, a modo de arco de medio punto, con una leyenda que dice: “*Con los hombres es posible; con Dios todo es posible*”. Nuestro héroe se detendrá un instante para leerlo y entrar.

La Junta de profesores pronto advierte sus limitaciones para el estudio. Su baja aptitud en conocimientos y sin expedientes que lo avalen, son sus dificultades iniciales. La única y tibia defensa proviene del entrenador deportivo quien señala que “es valiente”.

Su silencio y los aprietos para escribir las tareas son notorios. Una docente logra penetrar en su casi indescifrable mente y advierte que sabe escribir. Michael dice que no atiende a sus profesores porque “nunca hice tareas”. Pero cuando lo examinan en forma oral, exhibe su real desempeño, demostrando que presta atención. Finalmente es aceptado, con beca incluida, e incorporado en un programa especial por su bajo nivel de conocimientos, equivalente a los de un niño de 2° grado escolar.

La historia comienza una fría y lluviosa noche, cuando los cuatro integrantes de la familia Tuohy circulan con su automóvil, y advierten la presencia de Michael caminando por la ruta. Sus dos hijos asistían a esa misma escuela, ya lo habían visto, por lo que se detienen y, tras unas palabras y evitaciones de Michael, resuelven llevarlo a su casa y que pernocte en su mansión. En la mañana decide irse, pero la madre, Leight-Anne Tuohy (Sandra Bullock), sale a buscarlo a metros de la casa para que regrese y se quede. o curre un hecho significativo, casi prodigioso. Esa jornada es la que se denomina *Acción de Gracias*, el día que tradicionalmente se dedica para manifestar el agradecimiento a Dios. Un festejo anual, celebrado el cuarto jueves de noviembre en los Estados Unidos. La aparición de Michael en fecha tan específica, adquiere un carácter revelador. Su llegada no es casual; será recibida como una ben-

dición del cielo. Como un anuncio de un futuro promisorio e integrador. Se trata, pues, de la gracia de Dios, que envía a su vida al joven negro para que renazcan los vínculos entre los Tuohy. Adquiere un *carácter unitivo*, en el abismo de las diferencias (raciales, sociales, culturales). Queda reafirmado en un pasaje del filme que pudiere parecer menor. La incorporación –con el beneplácito familiar– del joven Michael se produce en la celebración religiosa de Acción de Gracias, cuando –en un instante– queda solo en la mesa. Su imagen solitaria moviliza a Leight-Anne, quien rápidamente decide apagar el televisor mientras veían un partido de fútbol americano e incita a todos para que regresen a la mesa.

Con cristiana generosidad, primero acogen y luego, en un espinoso proceso, se convierten en tutores de Michael, quien accede a llamar “madre” a Leight-Anne, con la satisfacción de toda la familia. Aunque a veces la llama “señora”, la ternura, la confianza es recíproca y va incorporándose sin mayor dificultad en el corazón de todos. Cada uno, a su manera, va cubriendo las zonas ciegas de su vida. Y él responde con su fuerte “instinto de protección”, que alcanza el 98% en la grilla escolar.

La película muestra dos contextos sociales claramente definidos. Por un lado, muestra la familia Tuohy, de raza blanca, profundamente cristiana, republicanos y de clase socio-económica alta. La armonía y las coincidencias son una constante. Ellas permitirán que las iniciativas de la madre, Leight-Anne, sean aceptadas sin roces por el resto de sus miembros, su esposo Sean y sus hijos Collins y Sean Jr. Sin embargo, no todo es perfecto en la esfera vincular.

En tanto, Michael o her ha crecido en un pobrísimo barrio de Memphis, Tennessee, conocido por las extremas carencias y penurias como Hurt Village (El Barrio del Dolor). Su padre estuvo varias veces en la cárcel y terminó siendo asesinado. Su madre, Denise, era drogadicta, de buen corazón, pero incapaz de atender a sus doce hijos, quienes vivían todos dispersos desde la temprana niñez. El único resguardo que podía ofrecerle a Michael cuando pequeño era pedirle, frente a los oscuros sucesos cotidianos, “cierre los ojos”, o “huya, salga de donde se encuentre”. Para entonces, *Big Mike* (gran Mike) –apodo que no era del agrado de Michael–, ya vivía en la indigencia, durmiendo en la calle. Emotivo y breve encuentro el de Michael –para sorpresa de los Tuohy– con Marcus, uno de sus hermanos, a quien no veía desde la infancia,

mesero en un restaurante donde van a cenar. Después, cada uno seguirá su camino, sin avizorar un reencuentro ni saber siquiera dónde vive.

Conflictos y resoluciones

Otra escena reveladora de la película se produce cuando Leight-Anne se encuentra con sus amigas. Ellas, con todos los prejuicios imaginables, en una región de los Estados Unidos como Tennessee, donde predomina la segregación, el racismo y otros ismos, le hablan de cuánto le habrá cambiado la vida a Michael. Leight-Anne les responde que no le cambia la vida a Michael, sino, por el contrario, él a ella, y a su familia.

La primera práctica de fútbol americano de Michael –“el fútbol de niños ricos”, como le dirá más adelante un marginal del barrio– no será muy afortunado. El coach o DT Burt Cotton no se destaca por sus habilidades en la percepción de cualidades. Pero el más pequeño integrante de la familia, Sean Jr., lo prepara físicamente con riguroso entrenamiento. En una segunda práctica, a la que asiste Leight-Anne, Cotton persiste en una acotada visión, y Michael incurre en nuevos fracasos. Hasta que una impaciente Leight-Anne ingresa al campo de juego e instruye al joven Michael a “proteger al mariscal del campo” (Quarterback), como él mismo protege a los miembros de la familia. Michael comprende el mensaje. Y a otros dos compañeros, los veloces delanteros, sabiendo que serán resguardados, amparados por Michael. El juego cambia radicalmente y empieza a destacarse, a *fulgurar como estrella* del deporte. El mensaje de Leight-Anne a Burt es contundente: “Deberás conocer mejor a tus jugadores”.

Sin dudas, Leight-Anne se convierte en la psicóloga deportiva de Michael, y del triunfo del equipo. Ella describe a su hijo adoptivo “como bote de remo” (rowboat). La popular y gráfica metáfora de la cebolla que deberá ir conociendo, yendo capa por capa, cada célula del bulbo. Será quien lo contenga, incentive y refuerce. No lo hará sola. Requerirá de cada integrante de la familia, de otros tutores (como Miss Sue), quien le generará confianza. La escuela es fundamental para alcanzar un siguiente paso en su vida y carrera deportiva.

Michael irá descubriéndose también, paulatinamente. Afirmándose hasta alcanzar su propia autonomía. Saber quién es, qué desea, forman parte de la lista de preguntas que van obteniendo respuestas a lo largo del filme. Otro pasaje fundamental de la película es la decisiva monografía que decidirá su futuro. Honor y Valor son los ejes fundamentales. Y dirá: “El valor es algo difícil de entender (...), todo depende de qué quieres ser”. En definitiva, cuál es su misión. Su peregrinaje para obtener una respuesta tendrá sus tropiezos, que se constituirán en desafíos.

Esto ocurre especialmente cuando una trabajadora social del CPS (Servicio de Protección al Menor) entrevista a Michael, lo interroga sobre las razones que le llevaron a inscribirse en la Universidad de Mississippi, el alma mater de los Tuohy, sugiriéndole que lo compraron. En otras palabras, que su rescate pudiere tener que ver acaso con una estrategia de las familias adineradas para dotar de jugadores –pobres, marginales– al equipo de su universidad predilecta, poblando así las rancias universidades del sur de los Estados Unidos.

La entrevista se torna intolerable y Michael abandona intempestivamente la sala de reunión. Pero la idea no deja de rondar en su cabeza, e intenta abandonar la casa de su familia adoptiva. Vuelve al miserable barrio y participa de una contienda, defendiendo a su familia adoptiva. Sabe ya adónde pertenece. Reconoce de dónde viene y la responsabilidad personal que su decisión implica para con sus semejantes, cuando alcanza el triunfo o aún en la derrota. Metáfora de realización en la vida, especialmente, para con los de El Lado Ciego. He aquí su *misión*, su *identidad* y *destino*. Se trasluce la imbricación de la vida personal con la deportiva.

No obstante, a Leight-Anne también le invadirá cierta vacilación: por qué ayudarle. Ella misma se preguntará si habrá existido involuntariamente alguna manipulación, para satisfacer sus propios deseos. Su sentido religioso (re-ligamiento) echa luz sobre la incertidumbre. Sabe que su tarea es ayudar al prójimo, venciendo los prejuicios de su entorno y también un modo de retribuir la gracia recibida.

Nuevamente, la inteligencia, la contención y el diálogo que prima en Leight-Anne, disipan toda duda. El amor maternal, la misericordia y la sensibilidad se imponen con fuerza argumental. Ella le pregunta, casi inge-

nuamente: “¿Te gusta el fútbol?”, a lo que él responde: “Bueno, ¡creo que lo hago bastante bien!”. La pronta respuesta de su madre adoptiva es liberarlo de cualquier atadura y respetar su decisión, su propio deseo. Esto lo llevará a quedarse finalmente en Tennessee y volver a aquella entrevista con la trabajadora social, para corregirla: “No me ha preguntado por qué elegí o l Miss (Universidad de Mississippi). Y es porque es adonde fue *mi* familia”.

Conclusiones

Para finalizar, la película abunda en enseñanzas de vida, sentimientos y valores solidarios. Aquí es donde planteamos la diferencia entre equipo y grupo. No hay equipo si no se consolida el grupo. Y cada integrante es un ser humano –un ser *con otros*– al que tiene por conocerse sus cualidades y potencial. La actividad deportiva no consiste tan sólo en una preparación física o una estrategia de juego, ajeno a quiénes son sus protagonistas. El impulso de la voluntad, lo anímico, las facultades intelectivas, el conocimiento de la personalidad y el temperamento, la ética y la moral, y los valores personales y sociales⁷, irán a constituirse en el núcleo singular de la psicología del deporte. La respuesta a *quién soy, qué deseo ser, y cuál es mi misión*, se plasma en un campo de juego, como escenario de la vida.

Referencias

Lasorda, Tommy (entrevistado) y King, Larry (entrevistador). (1989). Tommy Lasorda [Entrevista de televisión]. CNN. (22 de marzo de 1989).

⁷ Entre los valores pueden citarse los siguientes: respeto, compromiso, tolerancia, profesionalismo, responsabilidad, sentido de pertenencia, confianza, equidad, lealtad, humor, creatividad, empatía, solidaridad y honestidad.

13. LA CONDUCTA OBSERVABLE DE UN DEPORTISTA EN SITUACIÓN DE COMPETENCIA UTILIZANDO LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

El caso del boxeador Nicolino Locche

Resumen: El consagrado boxeador argentino Nicolino Locche ha demostrado a través de su amplio itinerario pugilístico, un despliegue de habilidades e ingenio únicos. El prodigioso dominio de las emociones, del instinto, la confianza, el ingenio, la seguridad, la empatía y la alegría se constituye en uno de los más claros ejemplos de inteligencia emocional, antes que se conociera el término y quedara acuñado definitivamente. Una descripción abreviada de la conducta observable del extraordinario deportista sirve magistralmente para ilustrar el concepto.

Palabras Clave: Inteligencia emocional – fortaleza mental – emociones – conducta.

“No hay victoria más importante en el boxeo que cuando el rival dice que no quiere seguir más”.
Ernesto Cherquis Bialo

Uno de los más claros ejemplos de *inteligencia emocional* es el que ofrece el boxeador Nicolino Locche, a través de su extensa trayectoria deportiva, mucho antes que se conociera el vocablo y quedara acuñado definitivamente. Recuérdese que el término aparece en la literatura psicológica recién en 1990, en un escrito de Peter Salovey y John Mayer (1990), aunque fue la publicación del libro *La Inteligencia Emocional* (1995) de Daniel Goleman (1996) cuando el concepto se difunde rápidamente (Gálvez, 2017).

Referirnos a las cualidades deportivas de Locche no pueden reducirse sólo a una contienda, como el celebrado combate donde obtiene el título mundial de los welters juniors en Japón, en 1968, sino a años de competencias y más de un centenar de combates como profesional, en los cuales mantiene su peculiar estilo y afina los recursos.

Es pertinente citar aquí una película que, aun generando grandes expectativas, ha sufrido varias postergaciones: “The Untouchable Nicolino Locche”, por cambios en la producción y el lanzamiento.

Título: “The Untouchable Nicolino Locche”.

Año: 2024.

Nacionalidad: Coproducción Estados Unidos y Argentina.

Género: Drama. Deporte. Boxeo. Biográfico.

Director: David Jaure.

Guión: Petter Iliff.

Productora: DJ The Untouchable.

Protagonistas: Paul Alexandro y Matthew Mc Adams.

No obstante, existen en la web infinidad de videos extractos de varios enfrentamientos o situaciones de competencia, y la pelea completa que lo consagra campeón, donde añade los recursos necesarios para llevarse la corona. Para mayor precisión de su inteligencia emocional, resulta útil apuntar algunos detalles de su vida, previos a las competencias.

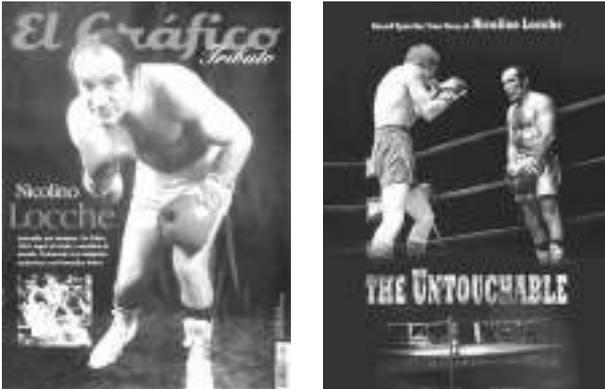
1. Reseña biográfica

Nicolino Felipe Locche nació en Tunuyán, Mendoza, el 2 de septiembre de 1939. Hijo de inmigrantes italianos. Comenzó su carrera a los 9 años con quien fue su primer maestro Francisco *Paco* Bermúdez. Como profesional debutó a los 19 años en 1958.

En casi 140 combates, perdió únicamente 4 veredictos “oficiales”. Durante su carrera, ganó el Campeonato del Mundo de Peso Ligerito Welter (1968), el Campeonato de Peso Ligerito de Sudamérica (1963) y el Campeonato de Peso Ligerito de Argentina (1961)⁸. Según Wikipedia: 117 Ganadas, 14 knockouts, 4 derrotas, 14 empates, 1 sin sanción.

⁸ Récord – Campaña de Nicolino Locche: <http://www.cyberboxingzone.com/boxing/loche.htm>

Un púgil muy rápido y habilidoso, con un estilo propio de boxeo, se destaca por su virtud para el esquivar el golpe. Su galanteo duró toda la década del 60 y principios de los 70, cuando peleó por los títulos argentinos y sus defensas del título mundial welter junior.



El Gráfico (Edición Esp. N.º 241,09/2005) y afiche de la película.

Si el fundador del box profesional, John Sholton Douglas –el VIII Marqués de Queensberry–, definió a ese deporte como “el arte de la defensa” (Castello, 2020), sin duda Locche es el más grande. Conceptuado como el boxeador dotado de mejores habilidades defensivas de todos los tiempos.

Locche es distinto de todos los demás boxeadores. Deportivamente se caracteriza por su gran defensa, en su habilidad para desplazarse en forma rápida y ligera dentro del *ring* y eludir los golpes del rival, motivos por los cuales se le adjudicó el apodo de “Intocable”, además de sus ataques efectivos e inesperados. Es el primer boxeador argentino que logra llevar al público femenino a sus combates, y es considerado el tercer ídolo indiscutido del boxeo argentino, un símbolo junto con Pascual Pérez y Carlos Monzón.

En 1980, la Fundación Konex le otorga, en la primera edición de los Premios Konex, el Diploma al Mérito como uno de los 5 mejores boxeadores de la historia. En 2003 ingresa al Salón Internacional de la Fama

del Boxeo junto a George Foreman y el jamaiquino Mike McCallum. Y en 2004 declarado es “Ciudadano Ilustre de Mendoza”.

De esta celebridad del boxeo argentino se podrán discutir algunos matices de su vida, pero sobre el ring es único, irrepetible. Boxeador entrañable no sólo por el estilo tan singular que alentaron generaciones, sino por su personalidad, su enorme empatía.

Siempre lo acompañó el cigarrillo, produciéndole afecciones pulmonares y problemas cardíacos. Sin darle pelea, murió a los 66 años en su Mendoza natal, el 7 de septiembre de 2005.

2. Desarrollo de la conducta del deportista

Sus peleas son despliegues de habilidad e ingenio, shows que el público se emociona y va cosechando popularidad. Se dijo de él: “*Mezcla de torero, Gandhi y Chaplin*”. Reinó entre los welters juniors (categoría *super ligero*, púgiles que pesan más de 61,237 kg y menos de 63,503 kg) como con un estilo único en el mundo, haciendo alegre al deporte más cruel.

Intentando desentrañar el porqué del llamativo *equilibrio emocional* ante los combates, el brillante narrador Rodolfo Braceli lo describe con suave ironía: “A los fines de explicar el misterio Locche, decimos: un tipo que duerme así, al sistema nervioso no lo tiene nervioso. Sus nervios no son resortes crispados, son un violín” (2011).

Sorprende cómo domina sus emociones. En otro de sus ensayos, del 2005, Braceli señala: “Por su manera de caminar se lo asociaba a Chaplin. Pero había otra semejanza, más profunda, que tiene que ver con su mecanismo psicológico. Chaplin destrozaba a sus enormes rivales no con la fuerza física sino con su ingenio. Se agachaba y las trompadas de los grandotes se estrellaban en las paredes. Abría una puerta y los malos pasaban de largo. Locche, en el ring, hizo lo mismo que Chaplin. Con sus esquives provocaba la carcajada y establecía un circuito de complici-

dad con la multitud. Eso descontrolaba y contracturaba a sus oponentes. Convertidos sus rivales en ovillos de impotencia, él ya no tenía necesidad de fatigarse pegando”⁹. Por eso también lo apodaron Chaplin.

Juega un papel importante su instinto. Representa el revés de la trama: tocar, no pegar. No baila ni salta, evita los golpes a menos de cincuenta centímetros del punto de partida de los puños de sus enfurecidos rivales. Acariciar, bailar, escapar y, de improviso, irse sobre el oponente, exponiendo su rostro y desaparecer de la escena. Muestra esa pericia de provocar la impotencia del rival frente a los recursos de Nicolino Locche.

Transmite confianza, seguridad, alegría con *su* público que lo alienta generándose una recíproca motivación. El público se rinde ante los guiños, saludos y sonrisas que el campeón dispensa a la multitud en medio de los rounds. Le quita el tinte terrorífico a una de las más duras disciplinas deportivas, que por entonces se intentaba prohibir.

En cada una de sus presentaciones llena el coliseo del box, y el famoso “olé del fútbol”, empieza a escucharse en cada gambeta que hace a los golpes al aire de sus contrincantes. Hasta incita a sus oponentes cuando les pone la cara, para luego hacerles errar ráfagas de cuatro o cinco golpes, y les palmea la cabeza como excusándose. No necesita pegar para adjudicarse el round, simplemente marca los golpes. Alguien que desconcierta a los rivales.

Con su arte y su oficio de saber que es intocable, al que nadie ha noqueado, como lo demuestra a Mendoza, a la Argentina y a Sudamérica, está pendiente que el Mundo conozca su estilo depurado y su maestría elegante. o frece un talento especial para adueñarse de la escena, controlando el cuerpo, su mente y reduciendo al adversario. Jamás pierde el equilibrio.

El 12 de diciembre de 1968 llega el mayor desafío de su carrera deportiva. La ocasión que siempre se le había negado, inclusive cuando peleó con 5 campeones mundiales que no expusieron su corona en juego,

⁹Esta crónica fue publicada por primera vez en la Revista Veintitrés a mediados del 2003. Se repitió su publicación, completa, en septiembre del 2005, en la misma revista, con motivo de la muerte de Locche.

quedando en ridículo ante Locche. Con 29 años, por un título mundial vacante, irá a enfrentarse a Paul Takeshi Fuji, un estadounidense de ascendencia japonesa, con intimidante récord: 40 peleas, 39 ganadas por K.o. y una por puntos. Invicto. Hasta que llegó el argentino, y acabó la historia del terrible pegador de Hawái, donde vivía. Una hora antes de la pelea en Tokio, el Intocable se fue a dormir la siesta y tuvieron que despertarlo para subir al ring.

Con ese triunfo, se consagra campeón mundial y llega al auge de su carrera. Esa pelea con Paul Fuji es considerada una obra de arte. Noche histórica en la que Locche brinda una exhibición que enloquece a su rival con sus amagues, sus fintas y una izquierda disfrazada de látigo.

Fuji no sale al décimo round y el sueño se cumple: nuevo monarca, de la mano de su amigo y entrenador, *Paco* Bermúdez y del promotor *Tito* Lectoure. El país se estremece por la hazaña. “Fue la exhibición del más grande boxeador extranjero que jamás hayamos visto en un ring japonés. Un verdadero sensei”, dice un comentarista nipón sobre aquella proeza.

Sube al ring y 9 rounds bastan para que el público japonés se diera cuenta de su grandeza. Resulta una exhibición sensacional, con nueve asaltos en los que esquiva todo lo que tira su oponente, al tiempo que golpea con justeza. Un Locche pleno que demuestra que, bien entrenado, podía hacer todo lo que quisiera sobre el ring. En el 9° round –como puede observarse en los videos– Fuji tira golpes, sin convicciones. No lo ve, no lo encuentra, no puede pegarle, le pegan y continúa sin encontrarlo, y encima con un ojo cada vez más cerrado. Abatido y destruido psíquicamente, el japonés nacido en Hawái decide no salir en el décimo round y deja el título en manos de Locche, quien se convierte en el tercer campeón mundial argentino.

El escenario es distinto, el público adverso, pero no le afecta. Locche sabía que ganaba desde que se sube al avión y de eso puede dar testimonio su reducida comitiva. A ese público también debía ganarle, con talento e ingenio. Dando vuelta las preferencias, el público nipón corea: “¡Nisei!, ¡nisei!” (expresión referida al inmigrante japonés nacido en otro país, pudiendo significar también “falso” o “falsificado”), rendido

y admirado ante semejante cátedra de boxeo por parte de aquel coloso del ring. Destella idolatría.

Considerada la mejor pelea de todos los tiempos, del máximo estilo depurado del boxeo y de una combinación perfecta de arte defensivo y ofensivo, de la pelea sin errores, de la maestría mostrada en Tokio.

Nicolino Locche le agrega al boxeo su sello, su propia marca, su arte, su plasticidad, su elegancia, su mirada, su técnica depurada, sus fintas, su vistoso, su inteligencia, su guapeza, su show. Un maestro que durante tres décadas le regaló al pugilismo la capacidad de ganar sin dejarse golpear.

3. Descripción abreviada de la conducta observable del deportista

De acuerdo a lo detallado en el ítem anterior (2), puede colegirse que Nicolino Locche desarrolla las siguientes cualidades:

- Presenta una extraordinaria preparación psicológica, logrando el máximo rendimiento y jugar con amplia ventaja deportiva. El deporte es un espacio para potenciar la inteligencia emocional y Nicolino Locche demuestra tener todas las condiciones. A sus afinadas técnicas y tácticas, se destaca la disposición mental, característica esencial de este pugilista. Podría afirmarse que sus victorias –como ningún otro– se deben, junto con su pericia física y movimientos, a la fortaleza y vivacidad, que termina *demoliendo* anímicamente a los rivales. Allí reside su mejor y hábil estrategia.
- La capacidad para percibir, asimilar, controlar y gestionar emociones propias y de los demás. La aptitud de Locche para dirigirse con efectividad a los demás y a sí mismo es puesta en evidencia en sus combates. Su disposición para la acción, moldeada por la experiencia (práctica deportiva e historia personal), trabaja en colaboración con la mente racional. Exhibe una mirada hipnótica y reconcentrada frente al oponente. Una mirada donde hay más que un acto de ver.

- Al respecto, emplea los tres factores esenciales: a) Evaluación y percepción emocional; b) regulación de emociones; y, c) uso de emociones. Locche es un sagaz dominador de sus propias emociones, y con su aguda mirada y movimientos, reconoce las emociones del rival, llegando a manejarlas a su antojo.
- Capacidad de autocontrol y mejoramiento de presiones, endógenas y exógenas. Locche parece emplear ciertos rituales, tales como sesgos actos solemnes matizados con humoradas que lo distienden y fomentan la complicidad del público, que se pliega a sus ocurrencias. El aliento le sirve incluso de inspiración e incentivación. Lo disfruta. Valora la importancia del apoyo social. Con talento y pericia ha sabido revertir también a un público adverso, u hostil. Una maestría que incrementa la sensación de calma frente a potenciales presiones, reconvirtiéndolas a su favor. Aflojar, liberar, soltar es la estrategia utilizada.
- Perseverancia, aprendizaje, confianza y capacidad de sobreponerse a las situaciones apremiantes o frustrantes –prácticamente inobservadas en Locche–, es una virtud que tiene el pugilista mendocino de recuperarse de las *caídas* y volver a adoptar su forma habitual. La autoestima demostrada mantiene la estabilidad emocional, y evidencia tener repercusión en áreas emocionales y conductuales. Sabe que un golpe puede dañar su cuerpo, pero él da muestra cabal que lo que debe preservar es su mente, inaccesible para su oponente. La confianza es tema medular en el luchador. Transmite seguridad, genio y carácter en todo momento y le quita dramatismo a la dura disciplina. El mote de “Intocable” lo tiene bien ganado.
- Trabaja en equipo, siendo fundamental la figura de su primer entrenador Francisco *Paco* Bermúdez, principal referente¹⁰. No están ajenos el promotor Juan Carlos *Tito* Lectoure y el sparring Juan Aguilar, entre otros. La capacidad de escuchar, aumentar el conocimiento necesario para desenvolverse en el ring y mejorar su rendimiento para alcanzar el éxito forma parte del aprendizaje en equipo.

¹⁰ Llamativamente, 2 de las 4 derrotas de su historial, en 1972, ocurren cuando se desvincula de su entrenador.

- Adopta una actitud empática y habilidad social sobresaliente, tanto con el rival como con el público, que le brinda más posibilidades de desarrollo profesional. Desconcierta a los rivales en plena pugna con gestos empáticos, amables y comprensivos. Con los reporteros gráficos, dirigiéndose a ellos –por insólito que parezca– en las mismas circunstancias. Y con el público ejerce un fenomenal derroche de simpatía, fascinación, desmitificando la violencia del pugilismo sustituida por destreza, ingenio y picardía, que atrae multitudes.
- Gran manejo de la ansiedad. Puede observarse que no hay gestos de preocupación, ni nerviosismo. Exterioriza serenidad, sosiego y sensatez. Muy al contrario de ofrecer signos de insomnio o miedos (estrés) antes de los combates, tiene una notoria facilidad para relajarse y concentrarse de cara al objetivo.
- Estado afectivo del deportista. Deja la iracundia, la exasperación, la furia y otros estados afectivos negativos para el rival, y desde su imperturbable serenidad y ágiles reflejos logra dominarlo. Consigue adueñarse de la escena, controla su cuerpo y su mente, y reduce al adversario sin perder jamás el equilibrio emocional, ni frente al oponente ni un jurado.
- Frenar ciertos impulsos y controlar emociones de alta activación (enfado, ira, euforia, etc.). Al contrario de exhibir algún signo de irritabilidad o irascibilidad, se muestra pacífico, tranquilo. Sabe que la serenidad es su aliado. Se ubica y la siente para conseguir el mejor resultado.



Nicolino Locche, “El Intocable”.

Referencias

- Braceli, Rodolfo (septiembre 2005). Cinematografía I. *Revista Veintitrés*. Recuperado de <https://www.rodolfobraceli.com.ar/cine.html#trabajos>. <https://www.rodolfobraceli.com.ar/cine.html#sobre>. <https://www.rodolfobraceli.com.ar/cine.html#nicolino>. <https://www.rodolfobraceli.com.ar/cine.html>
- Braceli, Rodolfo (25 de septiembre de 2011). Ídolos – Boxeo. Nicolino, el campeón que ganaba sin pegar. *Pájaro Rojo, Blog de Juan José Salinas*. Recuperado de <https://pajarorojo.com.ar/nicolino-el-campeon-que-ganaba-sin-pegar/>
- Castello, Cristina (19 de julio de 2020). El Marqués de Queensberry: El hombre que humanizó el boxeo y condenó el amor. *Historia Hoy*. Recuperado de <https://historiahoy.com.ar/el-marques-queensberry-el-hombre-que-humanizo-el-boxeo-y-condeno-el-amor-n2383>
- Gálvez Mella, Claudia (2017). Inteligencia emocional en Fernando Maureira Cid (Ed.), *¿Qué es la inteligencia?* (pp. 63-76). Bubok Publishing S.L.
- Goleman, Daniel (1996). *La inteligencia emocional* (Trad. Elsa Mateo). Javier Vergara Editor.
- Mayer, John D. y Salovey, Peter (1993). Intelligence en *The intelligence of emotional intelligence* (pp. 433-442).
- Mayer, John D. y Salovey, Peter (1997). What is emotional intelligence? en Peter Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). Basic Books.
- Salovey, Peter y Mayer, John D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9 (3), 185-211. Baywood Publishing Co., Inc.

14. MEDIACIÓN EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: DISQUISICIONES ENTRE PSICOTERAPIA Y MEDIACIÓN HACIA UN MODELO EXISTENCIARIO DE MEDIACIÓN

Resumen: El capítulo trata dos asuntos de gran importancia. Por un lado, una disquisición entre psicoterapia y mediación. Con tal propósito, esclareciendo las coincidencias y diferencias, ahonda en sus características y ofrece algunas definiciones. En el segundo, el autor propone un novísimo Modelo Existenciario de Mediación. En tal sentido, el método antropológico no hace sino seguir los pasos de ese proceso que es la realidad humana, produciendo un modelo operativo que irá a describir y fundamentar.

Palabras Clave: Psicoterapia y mediación – Modelo existenciario de mediación – qué-porqué-para qué.

La mediación a los fines de la resolución de conflictos nos lleva a interrogarnos, y a reflexionar por el ejercicio de un campo que resulta –debido a su peculiaridad– tan antiguo como novedoso. Lo fundamental sea quizá que la mediación inaugura en la Argentina, a mediados de la década de los años 90, una instancia original en la convivencia –de diálogo y reconciliación–, una singularísima modalidad de relacionarnos y comunicarnos. Implicará siempre la vía de la participación, el consenso, y el respeto mutuo en un ser-común mediante el diálogo.

Lejos de agotar aquí *lo que es propio* de la mediación, e intentar explicar sus individualidades, conviene en primer término ofrecer la definición de Christopher Moore (1995): “La mediación implica la intervención de un tercero aceptable, imparcial y neutro, que carece de poder de decisión y habilitado para ayudar a las partes contendientes a alcanzar voluntariamente el arreglo mutuamente aceptable de los temas de discusión”. Y agrega: “Como en el caso de negociación, la mediación es un proceso voluntario en cuanto los participantes deben estar dispuestos a aceptar la ayuda de un tercero”.

Es frecuente que una definición sea reemplazada por otra a medida que aumentan y mudan los conocimientos y nuestra comprensión teórica, acompañada por el desenvolvimiento o praxis de la materia que se

trate. De cualquier manera, una definición –según Irving Copi (1969)– debe explicar lo que el término significa, motivo por el que tiene la virtud de especificar lo que propiamente le pertenece.



Desde ese punto de vista, bastaría con enunciar una definición que denote el alcance del término del cual se habla. Sin embargo, el tema permite pensar en algunos aspectos o matices no contemplados en aquella definición, y que pudieran complementarla:

- La mediación es una *instancia especial*, en tiempo y espacio, para favorecer la comunicación entre las partes en disputa.
- Si bien se trata de una experiencia interdisciplinaria, que plantea el desafío por encontrar –como dice J. Tausk (1995)– una lengua que se comienza a compartir¹¹, exige ante todo de *un discurso transdisciplinario* por cuanto implica –en particular, en problemáticas de orden familiar– la paradójica presentación de lo afectivo y emocional con lo patrimonial.
- Genera instrumentos para *el aprendizaje de la convivencia* y el *desarrollo del sentido de responsabilidad*, en la resolución de conflictos por *una vía pacífica y creativa*.

I. Mediación y psicoterapia

En la misma conferencia, Tausk menciona respecto a la mediación que los psicólogos reconocen aspectos que no le son ajenos en su práctica habitual, sea con pacientes o clientes individuales, parejas o el trabajo

¹¹ En efecto, Juan Tausk señala: “Aparte de los psicólogos forenses que han tenido un sostenido trabajo con abogados y jueces, no ha habido ocasiones en que psicólogos y abogados puedan desarrollar, imaginar y desplegar un trabajo en conjunto, en que la práctica requiera de una conjunción de saberes y acciones que no son sólo pertinentes de (uno u) otro. Este espacio en común que comenzamos a producir implica lo no sabido, lo nuevo, lo original, y tiene el atractivo de llegar a ser una experiencia caracterizada por lo creativo. Todo esto implica el desafío de encontrar una lengua en que nos podamos entender” (“Aportes de la psicología clínica para la formación del mediador”, conferencia del Foro Mundial de Mediación, España, 1995).

en análisis organizacional o institucional. Nuestra experiencia clínica y en deportes parece confirmarlo.

Así expuesto, nos lleva a formular las siguientes hipótesis:

- a) Que existe una disimilitud entre ambas praxis;
- b) que pudiere existir alguna relación de semejanza; y,
- c) que esa relación de parentesco debe evitar la sinonimia, tomándolas como congéneres, pues la mediación iría a configurar un nuevo campo. Lo expresado motivó un análisis comparativo y sucinto entre la psicoterapia y la mediación.



En efecto, la terapia es la práctica o ejercicio de la *terapéutica*, “parte de la medicina –extendida de un modo muy general a la psicología– que enseña los preceptos y remedios para curar”, o sea, recuperar la salud (Romero, 2006). Mientras que la mediación resulta “una extensión y elaboración del

proceso negociador”, o más precisamente, *una negociación asistida* –por un agente de realidad– entre las partes que mantienen un conflicto de intereses. En este caso, busca llegar a un trato o acuerdo de partes dando preeminencia a la conciliación de intereses.

Quizá lo más evidente que tienen en común es que ambas apuntan a la resolución de un problema o de un conflicto ubicado en el campo de las relaciones humanas. En otro orden, las estrategias del mediador y del terapeuta (situándolas en la *teoría de la comunicación*) pueden ser afines, análogas, siendo su condición fundamental el *saber escuchar*, y hacerlo desde una *escucha activa* (Watzlawick et al., 1976).

Coexiste una diversidad de escuelas y corrientes que presentan modelos de abordaje diferentes, por lo que el intento por establecer un cuadro comparativo no está exento de limitaciones y posibles controversias. Sin ahondar en detalles, un ejemplo que ilustra sus contrastes lo ofrece el psicoanálisis, el enfoque sistémico o el cognitivo conductual. En tal sentido, sostenemos que no existe una única verdad, ni ostensiblemente

superadora. Son formulaciones teóricas para representar, comprender, facilitar la interrelación y alcanzar determinado objetivo.

Aun así, de modo general, puede señalarse que en la terapia hay un pedido de ayuda por algún *padecimiento subjetivo*, teniendo un propósito terapéutico. En cambio, en la mediación el problema se plantea fundamentalmente objetivo, aunque puede tener una resolución terapéutica, pero secundariamente. Su enfoque es comunicacional, *facilitador de la palabra* para arribar a un acuerdo recíprocamente aceptable. De ahí se desprende que, en tanto la mediación pone énfasis en el *conflicto* (espacio de la objetividad) y las voluntades, la psicoterapia lo hace en el *sujeto*, o la persona (espacio de la subjetividad).

Este nivel de la subjetividad, nos conduce a examinar la *naturaleza de la relación* (mediador y terapeuta). Tomando el concepto psicoanalítico de “transferencia”, tiene la doble connotación de desplazamiento y pasaje: desplazamiento de afecto y pasaje de una representación. Pero el término encuentra su especificación cuando designa una estructura de relación original entre analizado y analista. Laplanche y Pontalis (1985) proponen sin embargo comprenderlo como “el proceso mediante el cual los deseos inconscientes se *actualizan* sobre ciertos objetos en el marco de un determinado tipo de relación establecida con ellos y, de un modo especial, en el marco de la relación analítica”.

Es decir, consiste en la actualización de deseos, sentimientos y emociones puestos en la figura del *analista*, a partir de lo cual es posible el tratamiento y la condición para que se constituya la cura. Visto así, la transferencia puesta en la persona del *mediador* no adquiere el mismo estatuto, aun cuando pudiere cobrar algún valor en el ejercicio de la mediación, como facilitador proactivo.

En la mediación las partes son quienes llevan adelante la conducción del proceso, en tanto que en la psicoterapia –aunque depende del marco teórico– es frecuente que sea el profesional a quien se le adscribe la conducción terapéutica.

La manifestación de emociones marca también un rasgo distintivo. En la mediación, la exteriorización de las emociones (verbal y paraverbal) requiere ser más controlada, a fin de permitir el diálogo y evitar

alejarse de los propósitos para los que se han convocado. No obstante, los sentimientos –como afirma M. o yhanarte (1996) – puedan ser expresados, reconocidos y respetados. En cambio, en la psicoterapia –al centrarse en el sujeto– se trabaja con las emociones, y ciertos accesos (en determinado encuadre) pueden verse favorecidos.

Finalmente, hemos de mencionar un tema de gran importancia, y es el referido a la **temporalidad**. Con frecuencia, los tratamientos psicoterapéuticos (especialmente, el analítico) privilegian la historicidad, por cuanto los sucesos del pasado resultan determinantes de la situación actual. En la mediación, el acento está situado en el presente y el futuro, sobre el fondo de un tiempo pasado en donde se ahondará en los intereses, muchas veces inmanifiestos.

II. Hacia un Modelo Existenciarío de la Mediación

Así, pues, proponemos esbozar lo que iremos a denominar **Modelo Existenciarío de la Mediación**, perfectible e insuficiente. A ese respecto, démosle al término “modelo” su justa acepción, esto es, el de un *constructo*¹² o representación de la realidad. Con ello denotaremos que no se trata de la realidad misma, sino una visión que la comprenda. Y esta ha de ser aquella que tiene al hombre como centro y sentido de la *existencia* (para emplear el término heideggeriano *ek-sistencia*, donde el ser no tiene un carácter sustantivo sino transitivo), hallando en el eje de la temporalidad el hilo conductor donde se desenvuelve. Estamos en el campo de las relaciones humanas, del *humanismo* por excelencia.

Evocando a Philipp Lersch (1958, 1963, 1967), consiste en desplegar las instancias de la mediación al modo de una secuencia temporal y, por tanto, histórica. El tiempo que se vive aquí no es el de la medida, sino el tiempo como acontecimiento. Tampoco a partir de un sujeto aislado, sino de una relación *yo-tú* que crece en un nosotros por el carácter referencial, dialógico y trascendente del yo. La relación es un ir-hacia-mutuo en la que surge el valor para inspirar un comportamiento.

¹²Un constructo es una construcción teórica que se desarrolla para comprender un problema determinado.

Nuestro punto de partida es, entonces, lo que se muestra, lo que se revela: la situación presente, actual. Aquella que responde al **qué**, y equivale al discurso mantenido por cada una de las partes en disputa. Vale decir, a la denominada *posición* en el proceso mediador. A ella le adscribimos un carácter más bien móvil o variable, siendo formulada por el *yo* (el que habla o discursa). La mediación comienza centrándose allí, mediante la descripción fiel, así como se da y en la medida en que se da, recabando datos para caracterizar la realidad estudiada (nivel exploratorio) y tratando de lograr la estructura como modo de relación (nivel descriptivo).

Sin embargo, puede ser explicada desde lo que antecede, indagando en sus causas, y respondiendo al **por qué**. Nos hallamos en el tiempo pasado, en la historia del sujeto donde anidan sus experiencias, normas, temores, creencias y preocupaciones. Todas ellas configuran los *condicionamientos* del hecho actual, del presente.

En otras palabras, si se quiere arrojar luz sobre el modo de ser del aquí y ahora hay que remontar su historia, en tanto *producto* del pasado que limita, condiciona y marca. En ese pasado –imposible de cambiar– es donde se encuentran lo que en mediación se dan en llamar los *intereses*, es decir, lo que subyace al argumento que se sostiene (Fisher et al., 1997, pp. 47-65). Toda situación presente se da sobre el fondo del pasado, al que hay que conocer, para definir el problema y conciliar los verdaderos intereses. Bien se ha dicho: “si preguntamos a dos personas porqué están discutiendo, lo más seguro es que expongan una *causa*, no un *propósito*” (Fisher et al., 1997, p. 61).

A fin de cuentas, lo fundamental será cómo vamos a actuar. Estamos en la instancia temporal más importante y superadora, que constituye la facticidad del poder-ser, del referirse-a. En la respuesta al **para qué** futuro se resuelve el mismo ser de la existencia. Es por lo tanto creativa, no predecible, y abierta a la realización. Allí se sitúa la *meta*, la *misión*. En definitiva: el *acuerdo*, como una acción voluntaria y de libre determinación.

PASADO La norma	PRESENTE El hecho	FUTURO El valor
POR QUÉ	QUÉ	PARA QUÉ
Eje de la temporalidad		
INTERESES	POSICIÓN	ACUERDO Meta, misión

El valor justicia, como dice M. Herrera Figueroa, emerge en la relación sujeto-sujeto como eje y, al mismo tiempo, como recapitulación de los valores e instancias anteriores, consagrándose en el *ser-con-otros* (Rivera, 1983). En cuanto se da la relación, surge lo jurídico como distribución de deberes y derechos mutuos. La justicia en su carácter distributivo es armonizadora y organizadora de la libertad humana (Tosto et al., 1997). Expuesto en forma más simple, en torno al valor (justicia) giran tanto el pensamiento como el sentimiento. El hombre *es* su propio comportamiento, y lo es en la medida en que vive la transitividad de su ser en las tres fases o esferas descritas.

De esta manera, el método antropológico no hace sino seguir los pasos de ese proceso que es la realidad humana: la posición o el hecho como aquí y ahora que ha de ser descrito; los intereses o la norma como explicación de ese hecho en su modalidad actual; el valor como proyecto y realización. Este tercer paso es, en síntesis, *el emprendimiento, la intervención y el acuerdo*.

Para que el modelo descrito resulte operativo, y no quede en el marco de una disquisición filosófica, requiere la prosecución de los pasos siguientes: Primero, la descripción de la posición de las partes (QUÉ); en un segundo paso, descubrir qué intereses subyacen a los argumentos, cómo llegó o por qué llegó a ese modo de posicionamiento (Po R QUÉ). En adelante la mediación ha de asumir una tarea mucho más difícil, comprometedora y arriesgada. *Difícil* porque a pesar de las explicaciones que hubieren ofrecido, han develado los intereses muchas veces encubiertos para recuperar el camino del diálogo y el entendimiento mutuo. *Comprometedora* porque esta labor no consiste sólo en un interés

profesional por conocer, o como pasiva curiosidad intelectual, sino que lo conduce a una instancia de cambio (Watzlawick et al., 1992). Desde luego, es útil la explicación y reconstrucción de la situación presente sobre el fondo del pasado, pero limitarse a esta tarea no es suficiente. *Arriesgada* porque apunta hacia un futuro (PARA QUÉ) que abriga una gran dosis de novedad y creatividad.

Un futuro que, para las partes en conflicto, suele generar angustia, temores y ansiedades por sus impredecibles con-secuencias, pero a la vez, la asistencia del mediador puede augurar la necesaria confianza y la posibilidad de hallar una vía pacífica de resolución. Sólo el hombre marchando con el hombre –indica L.F. Rivera (1981)– puede desbrozar situaciones y descubrir la *estrategia* que corresponda para conducirse en la dirección correcta, de logro en un *común acuerdo* (concordia).

Es entonces cuando habiendo tomado como epicentro al hombre en la constelación de valores, el sentido es tal porque apunta a la *paz*, pero no como ausencia de disputa o conflicto, sino en el alcance hebreo de *shalom*, de plenitud de bienes centrados en la realización de una existencia (Rivera, 1987). A partir de aquí la paz redonda hacia afuera en el valor concordia: *sólo el que tiene paz consigo mismo puede tenerla con los demás*.

Referencias

- Copi, Irving M. (1969). La definición en *Introducción a la lógica* (8.ª ed., pp. 92, 106, 123, 124). Eudeba.
- Fisch, Richard, Weakland, John H. y Segal, Lynn (1994). *La táctica del cambio* (3.ª ed.). Editorial Herder.
- Fisher, Roger, Ury, William y Patton, Bruce (1997). Concéntrese en los intereses, no en las posiciones en *Sí, ¡de acuerdo!* (8.ª reimpr., 2.ª ed., pp. 47-65 y 61). Editorial Norma.
- Laplanche, Jean y Pontalis, Jean-Bertrand (1981). *Diccionario de psicoanálisis* (3.ª ed.). Editorial Labor.
- Lersch, Phillipp (1958). *El hombre en la actualidad* (Biblioteca Hispánica de Filosofía). Editorial Gredos.

- Lersch, Phillip (1963). *La estructura de la personalidad* (8.ª ed. 1971). Editorial Scientia.
- Lersch, Phillip (1967). *Psicología Social – El Hombre como ser social*. Editorial Scientia.
- Moore, Christopher (1995). *El proceso de mediación – Métodos prácticos para la resolución de conflictos*. Ediciones Granica.
- Oyhanarte, Marta (noviembre 1996). ¿Por qué la mediación? *Actualidad Psicológica*, año 21, (237), 19.
- Rivera, Luis Fernando (1981). *Antropología filosófica – A la búsqueda de un modelo*. Editorial Guadalupe.
- Rivera, Luis Fernando (1983). *Antropología Existenciaría – El hombre como centro y sentido*. Editorial Guadalupe.
- Rivera, Luis Fernando (1987). *Tres modelos del hombre – Realidad e Interpretación (clave hermenéutica)*. Leuka.
- Romero Tobar, Leonardo (2006). *Aristos – Diccionario Ilustrado de la Lengua Española*. Editorial Visor.
- Tausk, Juan (1995). Intersecciones: Mediación y psicoanálisis. *Actualidad Psicológica*, año 21, (237), 2-4. Cfr. Conferencia del Foro Mundial de Mediación, España.
- Tosto Valenzuela, Amelia, Fernández Lagos, María Teresa y Romanelli, María del Valle (1997). *¿Conoce a Herrera Figueroa?* Praxis Triversitaria.
- Watzlawick, Paul, Helmick Beavin, Janet y Jackson, Don D. (1976). *Teoría de la comunicación humana – Interacciones, patologías y paradojas* (4.ª ed.). Editorial Tiempo Contemporáneo.
- Watzlawick, Paul, Weakland, John H. y Fisch, Richard (1992). *Cambio – Formación y solución de los problemas humanos* (7.ª ed.). Editorial Herder.

15. PLANTEO DE UN CONFLICTO EN EL ÁMBITO DEPORTIVO

Resumen: El propósito de este capítulo es plantear un conflicto muy frecuente generado en el ámbito deportivo del fútbol y exponer en detalle los pasos a seguir para su resolución a través de la mediación de un psicólogo. Las instancias están indicadas en cada apartado: 1) Planteo del problema, 2) Diseño de la prueba, 3) Análisis y desarrollo, 4) El rol del psicólogo aplicado al deporte y su contexto –prejuicios y resistencias–, 5) Examen del conflicto primario, 6) Los conflictos secundarios, y, 7) Los procedimientos de intervención.

Palabras Clave: Mediación – conflictos primarios y secundarios – intervención – psicólogo del deporte.

El esquema del conflicto en el ámbito deportivo puede enunciarse del siguiente modo: Un equipo de fútbol profesional donde prima lo individual sobre lo colectivo, merman los buenos resultados y se generan situaciones ríspidas entre la conducción y los jugadores.

1. Planteo del problema

Así planteado requiere estudiarse cada una de las variables, a saber:

- a) prima lo individual sobre lo colectivo;
- b) no concreta la performance esperada; y,
- c) situaciones de conflicto entre la conducción y los jugadores.

Las tres se determinan, en el mismo tiempo y espacio. Sin embargo, a modo de hipótesis inicial, o preliminar, el conflicto eje que genera los otros dos es la primacía de lo individual sobre lo colectivo. Circunstancia que permite comenzar a diseñar la investigación y avanzar con la resolución alternativa de los conflictos en el área tratada.

2. Diseño de la prueba

Se dotará de las técnicas e instrumentos necesarios, centrados en la investigación de campo, y reuniendo los antecedentes suficientes para

adquirir mayor conocimiento y pericia a fin de desenvolverse frente al escenario de conflicto. Las hipótesis comprenden los niveles exploratorio, descriptivo y explicativo.

Los instrumentos para recolectar datos propuestos son: a) entrevistas; b) cuestionarios (abiertos); c) pruebas de evaluación diagnóstica (juegos, test de habilidades sociales, de adaptación y socialización, etc.); y, d) planillas de contenido, escalas, etc. La revisión de la experiencia consistirá, no sólo en la consulta bibliográfica, sino en la búsqueda de buenos informantes.

No obstante, la observación –espontánea y directa– reviste una importancia de primer orden. La práctica sugiere tener en cuenta, por un lado, lo concerniente a *la conducta individual* (bien conocida por los psicólogos), y por otro, *la conducta social*, prestando especial atención a cómo se sub-agrupan e interrelacionan en los entrenamientos, en los buses que los trasladan, en el bufet del club, etc. Todo aquello que devenga de la aguda observación profesional. Puede contarse con el auxilio de fotografías y videograbaciones.

La evaluación del perfil de personalidad a través de técnicas, está destinada a evaluar conocimientos, aptitudes o para estudiar alguna función. Las mismas pueden desarrollarse incluso mediante juegos de mesa, o cualquier otro recurso creativo.

3. Análisis y desarrollo

Un tema básico a considerar en la resolución de un conflicto en el ámbito deportivo es propiamente la ejecución del trabajo, el cual concierne al contenido, al proceso y a la tácita finalidad. Consiste en definir: a) objetivos (a quién, para quién, en qué tiempo, etc.); y, b) recursos (financiamiento, materiales, colaboradores, etc.).

Para tal propósito, se procederá a realizar un diagnóstico situacional, esto es, un conocimiento aproximado de las diversas problemáticas de la población objeto de análisis, a partir de la identificación de los factores y actores que determinan su estado, un análisis de sus perspectivas y una evaluación de la misma. Incluirá además un examen del entorno

interno y externo del grupo para comprender la capacidad y el ambiente institucional.

La unidad de análisis está determinada por la situación actual que sobreviene en el plantel o equipo superior de una institución deportiva, perteneciente –en este caso, como ejemplo– a una categoría profesional del fútbol de Ascenso, ubicada en el Gran Buenos Aires.

En la formulación del problema, estimamos conveniente como paso previo delimitar el tema, ubicando al objeto tratado (unidad de análisis) en un marco de referencia. Con tal propósito, queda expuesta la diferencia de trabajar en las distintas categorías, según la edad: a) Infantiles, b) juveniles, c) adultos, o equipo superior. No está de más señalar que en la institución existen otras categorías: d) “Senior” (veteranos, amateur) y, e) “Fútbol Especial” (para jóvenes con discapacidades, o habilidades diferentes), quienes –dicho sea de paso– enarbolan la bandera argentina con una sugerente consigna impresa en su paño: “*Nunca perdemos, ganamos o aprendemos*” (La Nación, 2019), tomando el lema atribuido al educador brasileño Paulo Freire, un referente de la pedagogía crítica y la educación popular (Biagolini, 2009).

Sin ahondar en la edad, expectativas, problemas personales, recursos económicos, procedencia, educación y madurez, son apenas algunos de los indicadores a tener en cuenta. Por otra parte, debe observarse la diferencia del tipo de requerimientos, entre: a) la actividad amateur (responsabilidad) y, b) la profesional (compromiso). Los parámetros citados en el párrafo inicial –adultos, profesionales– serán los considerados. Como resulta en cada categoría, el caso expuesto adquiere características propias.

En líneas generales, se trata de una población de jóvenes, cuyas edades están comprendidas entre los 19 y 35 años, con la perspectiva de vivir de la actividad deportiva, con variados conflictos de orden personal y familiares, de extracción social media y media-baja, algunos provenientes del interior del país, con educación media y en contados casos terciaria o superior. La exigencia de la disciplina futbolística no les permite –usualmente– desarrollar un trabajo ajeno al deportivo. De ahí se comprende que a la responsabilidad se le añade el compromiso. La subsistencia depende, en gran medida, del éxito alcanzado.

El plantel está compuesto por tres grupos definidos: a) Aquellos que están en el plantel desde hace varias temporadas; b) los *nuevos*, procedentes de otros clubes o ligas, con variada experiencia y aptitudes deportivos; y, c) los jugadores de las divisiones inferiores del club.

Esta pluralidad y diversidad encuentra sus puntos de coincidencias, fundamentalmente, en el juego de conjunto y en los deseos y voluntades que los convocan. Pero también aluden a diferencias de personalidad, madurez y caracteres, que en ocasiones producen reproches mutuos por la falta de compromiso o desaciertos.

Conforme al asesoramiento dado a través de diferentes prevenciones, se intentará evitar el contacto de los deportistas con cualquier componente capaz de generar daño (noxas), sea de orden psíquico, social y ambiental. La persona *en situación deportiva* queda expuesta a condiciones de riesgo para la salud, y tendremos que hacer hincapié en la pre-prevención y en las prevenciones primaria y secundaria en el marco del laboratorio y/o del campo deportivo.

Las características descritas se vinculan a fenómenos como el desarraigo, la desadaptación laboral, la incomunicación y los conflictos institucionales. Asimismo, la actividad deportiva desarrollada por el plantel en una categoría profesional, acentúa más la ansiedad generada por la competencia, el estrés, las lesiones, y un número creciente de trastornos que requieren del desarrollo de la resiliencia, es decir, la capacidad de afrontar la adversidad que se presenta en el ámbito deportivo. Una vez más, la prevención es una labor esencial, prevista en el presente planteo.

4. El rol del Psicólogo aplicado al Deporte y su contexto – Prejuicios y resistencias

La intervención del Psicólogo del Deporte en la actividad futbolística suele ser resistida por algunos prejuicios, mostrándose en contra de lo que se le ofrece o propone. En la dirigencia, por ejemplo, es opinión extendida que el profesional brindará una psicoterapia (resabio de la usual formación clínica del psicólogo), o abordaje semejante, y que además *“requerirá de un tiempo que la urgencia e intensidad del torneo no lo*

permite” (sic). Este es uno de los argumentos escuchado repetidas veces. Tendremos que plantear correctamente en qué consiste el rol de asesor psicodeportológico, interviniendo en la tarea preventiva, mediadora, motivadora, quehacer psicosocial, así como sus responsabilidades, alcance y delimitación laboral. Es necesario disipar toda duda para generar la confianza capaz de vencer las resistencias.

Al respecto, la tarea como mediador comenzará por cimentar la confianza. A decir de Daniela Trulls (2012), es la base de una relación bien llevada. Tener un comportamiento coherente, mantener una actitud abierta hacia la otra parte y respetar las confidencias. Esta última establecida a través de un convenio de confidencialidad, en cumplimiento del Código de Ética que regula la actividad de los Psicólogos/as en Argentina, conforme a la Ley del Ejercicio Profesional de la Psicología, APBA, en su Art. V, Inciso 4, de 1985.

otro de los actores es el director técnico, quien muestra mayor resistencia a la participación del psicólogo, por sentirse la autoridad indiscutible de “su equipo”, aunque no alcance el dominio que quisiera sobre los jugadores, pese al afecto que le expresan por ciertos rasgos paternalistas y contenedores. No obstante, según los contextos, se muestra *participativo*, propende a rígido, e incluso *burocrático*, racional, dentro de las tipologías del entrenador propuestas por Thomas Tutko (1984). Con trazas de inseguridad encubierta, se atribuye los triunfos, por sobre el equipo. Las derrotas lo vinculan más con la realidad. Por norma, no desea compartir sus decisiones fuera del cuerpo técnico (entrenador físico, asistentes). Este cuadro sugiere alguna dificultad de acceder a él, y brindar abierta colaboración, dispuesto a cambios.

El trato del psicodeportólogo con los deportistas presenta distintas aristas. El diálogo con los juveniles que integran la reserva o suplentes será el primer acercamiento. Son más receptivos, desinhibidos y mejor dispuestos para dialogar.

Todos tienen su chance de jugar, incluso ganar la titularidad, aunque alcanzar tal propósito llega a convertirse, en ocasiones, en un asunto relativo y complejo. Derechos que habrá que pagar, por el que se reserva

—en el intrincado laberinto de la vida deportiva— la decisión de denegar o aceptar el acceso a un jugador. Esto también es parte del problema.

Quienes vienen jugando durante varias temporadas ven con cierto recelo la posibilidad de ser desplazados de su puesto. Como todo grupo humano, también hay cierta resistencia a lo novedoso, al extraño visto como ajeno. La convivencia deportiva ofrece algunos conflictos. Es posible observar cómo a jugadores que han arribado recientemente a la institución no les llega un pase de la pelota o producen desaires, dejándolos mal posicionados en instancias críticas de una práctica o de un partido. Allí prevalece manifiestamente lo individual. En mayor grado, desatendiendo las sugerencias u opiniones de los demás integrantes del grupo y las normas de comportamiento que regulan sus relaciones.

La permanencia de unos y otros en el primer equipo dependerá en alto grado de cuánto pueda influir la dirigencia en la toma de decisiones, y del entrenador o técnico, que habitualmente apostará en las malas rachas a los conocidos y a la experiencia de los mayores. E inclusive, de cuánto influyan coercitivamente los partidarios del club, más propiamente, los grupos organizados de fanáticos dentro de la hinchada de fútbol, que son otros actores cada vez más prominentes en este deporte¹³. Desde luego, en categorías mayores como la expuesta, la coacción llegará también de intermediarios y representantes. El asunto es muy intrincado y se requiere amplio conocimiento del mundo futbolístico que mueve masas. Y millones.

Los jugadores de fútbol, habitualmente de extracción social media baja, traen —como cualquier grupo humano— problemas personales (económicos, familiares, etc.), que arrastran en ocasiones al campo de juego. La mayoría se observan solícitos, amables, prestan particular escucha, y otros son resistentes, indiferentes e inclusive litigantes. Ellos no han solicitado la intervención del psicólogo, y esto provoca variadas reacciones. Tanto así que la figura del *psicólogo del deporte* también puede generar algún cierto recelo en cuanto pudieren sospechar que es el *emi-*

¹³ Al margen de los incondicionales seguidores o aficionados, una cuestión a desarrollar aparte es la estructura de los llamados “barras bravas”, encargados de alentar al equipo y amedrentar a los rivales durante los partidos.

sario del entrenador o de la dirigencia sobre las confidencias expuestas durante una entrevista, y que los deje fuera de un partido o directamente rezagados del equipo. Son temores, o fantasías persecutorias que asoman en el ambiente del fútbol superior. La comunicación es el camino para ganar la confianza indispensable.



Sostenemos que tiene que consolidarse el *grupo* para que haya *equipo*. Los hechos lo demuestran. En este caso, la primera y más notoria observación es que el plantel fue confirmado sobre el inicio del torneo, mientras que el tiempo para afianzar y fortalecer el grupo humano fue reducido.

5. Examen del conflicto primario

El conflicto en el área deportiva planteado aquí está presentado en el orden de jerarquía. Es decir, la *primacía de lo individual sobre lo colectivo* (conflicto primario), generó un bajo rendimiento colectivo, y este produjo a su vez situaciones de conflicto con la conducción. Entiéndase por tal la dirección técnica, incluida la dirigencia y los aficionados.

Aunque el problema se plantea en un mismo tiempo y espacio, la resolución se espera en el corto plazo (dos a tres meses) y –en otra instancia–, en el mediano y largo plazo, según lo estipulado con la institución (seis meses, un año con o sin continuidad), los objetivos y las hipótesis. Desde luego, estamos situándonos en los niveles exploratorio y descriptivo. De confirmarse, iremos avanzando hacia el nivel explicativo, conducente al plano resolutivo.

Hemos planteado como conflicto primario la preeminencia de lo individual sobre lo colectivo. Se trata de algunos casos de conductas particulares, pero que influyen decididamente sobre el desempeño colectivo.

Por lo examinado, el factor adaptativo, la personalidad del deportista y la falta de familia en ciertos casos, revelan ser algunas causantes de

esa primacía individual. El campo de juego, dicho alegóricamente, es como una hoja en blanco empleada en las técnicas proyectivas donde se desenvuelve el sujeto. Allí proyecta su personalidad, esto es, los rasgos y cualidades que configuran su distintiva manera de ser (según los tipos), su estabilidad emocional, así como su interacción social: adaptación, participación, conflictos y cambio social. Resultado de esa relación –tratándose de variables dependientes– habrá una modificación de la conducta. Tal el caso, en el desempeño futbolístico. Visto como un sistema, el cambio de la conducta de uno de sus integrantes irá a producir una modificación en los demás. De ahí que el foco de atención y eje del conflicto lo situamos en el conjunto, atendiendo su singularidad.

El rasgo individualista de algunos deportistas vuelve a surgir durante las entrevistas al tomar conocimiento de un acuerdo entre la dirigencia y los jugadores –a propuesta del director técnico– de premiar a los jugadores que conviertan goles, por los tantos convertidos. En este caso, el beneficiado por el premio recae sobre un individuo en particular (quien hiciera el gol), lo que motiva que cada jugador –habitualmente, delantero– se empeñe por convertir el gol, en vez de pasar el balón a otro quizá mejor posicionado. Conducta que infringe o vulnera el juego colectivo y solidario, y que refuerza –por el contrario– el individualismo.

En síntesis, el objetivo principal consiste en destrabar el conflicto primario, íntimamente ligado y dependiente de los secundarios. Los procedimientos de intervención, tanto para el conflicto primario como los secundarios, se exponen más adelante.

6. Los conflictos secundarios

Logrado el objetivo fundamental, centrado en el conflicto primario, eje que atraviesa las demás áreas de conflicto, podrá empezar a arrojar los resultados esperados. Será también la instancia de verificación de la hipótesis inicial. A partir de la resolución del conflicto primario, en torno del cual giran los secundarios, se avanzará con el primer conflicto secundario, es decir, *la no concreción de la performance esperada*. Llegado a consolidarse el grupo, se espera un mejor desempeño colectivo (instancia en que se funda realmente *el equipo*).

Básicamente, la tarea del psicólogo aplicado al deporte consistirá, en esta fase, aumentar el rendimiento psicológico (Bauer y Ueberle, 1988). La perspectiva biopsicosocial asegura la integración de todas las áreas.

En la misma línea, el segundo conflicto secundario, generado *entre los jugadores y la conducción*, podrá ser resuelto a través de la asistencia y el asesoramiento, en salud y educación, enfocado en optimizar los recursos del deportista y mejorar el manejo táctico y técnico. La comunicación, articulada a través de las diferentes modalidades de dinámica grupal, o encuentros para el intercambio de ideas –atendiendo los distintos intereses–, donde intervengan deportistas, cuerpo técnico y miembros de la dirigencia, traería amplias ventajas. De ser preciso, la mediación entre partes será un recurso para hallar una solución consensuada sobre algún aspecto.

7. Los procedimientos de intervención

Al describir los instrumentos de investigación (v. “Diseño en la prueba”) hemos definido sucintamente parte de estos procedimientos.

Siendo que el objetivo principal es resolver el conflicto primario: la preeminencia de lo individual sobre lo colectivo, en un grupo que no ofrece la presencia de camarillas, la tarea se orienta a trabajar afianzado en la psicología social.

En ese contexto, consideramos primordial detectar al o los *líderes del grupo* deportivo, cognitivo y emocional. Éste es quien tiene “una visión de 360°”, claridad y dirección en las tres áreas del campo de juego, quien anticipa mentalmente las jugadas –propias y del rival–, el que se convierte en el “caudillo” que guía y manda al grupo dentro del campo, tanto en la esfera táctica como en la anímica. En quien se apoyan sus compañeros. Es el modelo a seguir. Tomemos por axioma que un equipo sin un líder natural –por más brillantes que sean sus figuras– está destinado al fracaso: sucumbe frente a un rival mentalmente fortalecido. Trabajar intensamente en la integración grupal, privilegiar las acciones colectivas, y empeñarse en la recuperación anímica del plantel focalizando un objetivo en común.

Esa persona que debiera actuar como *catalizador* (esto es, que atrae, conforma y agrupa fuerzas, opiniones, sentimientos, etc.), no surge en este caso de manera notoria, lo cual nos lleva a pensar que esa figura aglutinadora –bandera y símbolo del equipo–, no existe o se halla tapada u oculta. Una vez más, el trabajo grupal –a través de reuniones– debe hacerlo surgir o, en forma consensuada, investir a un integrante del plantel por su habilidad y el respeto de sus compañeros. Por imperio de las circunstancias, como dice el refrán: *el que no nace, se hace*. En otras palabras, debe reunir las condiciones para ejercer el liderazgo, entendiendo que un equipo no es una suma de jugadores que corren tras la pelota.

Dicha ausencia suele ocurrir porque el equipo no se acomodó al tiempo de maduración del grupo. Recuérdese que el plantel se constituyó al inicio del torneo, sin la habida pretemporada. Es indispensable acelerar el proceso de integración.

Hemos visto además que se formó con elementos heterogéneos, aquellos recientemente incorporados –de diversa procedencia– y una base de deportistas que ya vienen actuando en la institución, pero que requieren recuperarse mentalmente tras un exitoso desempeño que precedió a la pobre campaña en el presente torneo local.

A propósito de esa pluralidad, con las características que oportunamente hemos señalado, será conveniente reunirse con el equipo técnico (DT, asistentes) y de modo especial con el plantel para instrumentar mecanismos con la finalidad de construir alternativas para la integración y coparticipación de aquellos deportistas donde es remarcable su conducta individual. Sus pares, compañeros, tienen que comprometerse en ese quehacer. Las salidas colectivas, recreativas (fuera de la actividad deportiva), los juegos de salón, las variadas formas de expresión, así como la función de las respectivas familias (cónyuges, etc.) contribuyen para promover el acercamiento, conocer y comprender al compañero.

La persistencia del carácter individual de algún deportista podrá requerir de técnicas más exigentes y precisas. La aplicación de un instrumento para detectar aspectos de la conducta social –como el BAS, Batería de Socialización (Meneu, 2018)– permite obtener un perfil de socialización con cuatro escalas de aspectos facilitadores (liderazgo,

jovialidad, sensibilidad social y respeto-autocontrol) y tres escalas de aspectos inhibidores o perturbadores (agresividad-terquedad, apatía-retraimiento, ansiedad-timidez), a la vez de apreciar el grado de adaptación social. Los resultados de las pruebas son útiles a fin de detectar posibles problemas y planificar su orientación o intervención para la resolución de conflictos.

En relación a la premiación por los goles realizados (v. “Examen del conflicto primario”), considerando que es un error que promueve las conductas individuales, el particularismo, desatendiendo las normas básicas de comportamiento grupal, se propone asesorar a los involucrados (deportistas, dirigentes y técnico), orientándolos para que la prima –entendida esta como suplemento de un pago principal a modo de incentivo o recompensa por tal consecución–, le fuera concedida a todo el equipo por igual. Desde luego, al margen del estímulo recibido por partido ganado. Si resultare resistido por los intereses particulares, tendrá que tratarse en encuentros programados (reuniones de intercambio de ideas, de mediación o negociación), tendiente a que se comprenda que el beneficio tiene que ser para el equipo, artífice colectivo de la victoria. Esto asegura una mejoría en el juego colectivo, asumiendo el compromiso (sentimiento de participación) y mayor motivación para ganar.

El proceso de comunicación es el eje de la propuesta y las estrategias de cambio son muy amplias. Las dificultades expuestas, en todos los niveles, requieren del encuentro, diálogo y entendimiento.

El segundo conflicto, secundario, “la falta de concreción de la performance esperada”, irá a devenir de la resolución del conflicto primario. Como fue señalado (v. “Los conflictos secundarios”), podrá requerirse aumentar el rendimiento, a través del “entrenamiento psicológico” (Ibáñez, 1996, 1997). Los resultados esperables para el evento deportivo son: a) Mayor eficacia en el trabajo realizado; b) mejor ambiente deportivo; c) menor generación de conflictos; y, d) mayor confianza en el grupo y la conducción (Ramírez et al., 2006). Entrena y potencia las habilidades en las siguientes áreas: concentración, atención, motivación, autoconfianza, autopercepción, control de la ansiedad y el estrés, toma de decisiones y la comunicación.

El tercer conflicto, también secundario, “situaciones de conflicto entre la conducción y los jugadores”, tiene por eje indiscutible la comunicación. Fundamental en el ámbito deportivo. La tarea se focaliza en optimizar el trabajo de entrenadores y jugadores, y de éstos con la dirigencia, y aún con la parcialidad o seguidores. La inteligencia emocional (Goleman, 2000) ocupa un lugar preponderante.

Descrito el perfil del entrenador (v. “El rol del Psicólogo aplicado al Deporte y su contexto”) desde el punto de vista deportológico, las diferencias surgidas entre el técnico y los jugadores, o la dirigencia, pudieren salvarse abriendo una vía de comunicación, mediante un lenguaje directo, que haga capaz el diálogo para arribar a un entendimiento. Alcanzar ese propósito será una señal que se ha permitido aprender, razonar y formarse una idea de la realidad, más allá de los intereses personales. Las condiciones son pensar y obrar con prudencia, reflexión, sensatez y responsabilidad.

Referencias

- Bauer, Gerhard y Ueberle, Heine (1988). *Fútbol, factores de rendimiento, dirección de jugadores y del equipo*. Martínez Roca.
- Biagolini, Carlos Héctor (2009). *Começando bem, frases e pensamentos* (p. 77). Editora Vozes.
- Goleman, Daniel (2000). *La inteligencia emocional* (25.ª ed.). Javier Vergara Editor.
- Ibáñez Godoy, Sergio José (1996). *Análisis del proceso de formación del entrenador de baloncesto* [Tesis doctoral]. Universidad de Granada. Recuperado de <https://digibug.ugr.es/handle/10481/14428>
- Ibáñez Godoy, Sergio José (1997). Los modelos de entrenador deportivo basados en el rol predominante. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 4 (4). Consejo General de COPLEF.
- La Nación (5 de junio de 2019). *Los Halcones, el seleccionado argentino de futsal con síndrome de Down, son los subcampeones del mundo*.
- Ley del Ejercicio Profesional en la Psicología. Art. V, inciso 4,1985. Asociación de Psicólogos de Buenos Aires.

- Meneu, Mayte Aparicio (9 de marzo de 2018). Batería de socialización. *Psicología-Online*. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/bateria-de-socializacion-2674.html>
- Ramírez, Amaia, Alonso-Arbiol, Itziar, Falcó, Francesc y López Manuel (2006). Programa de intervención psicológica con árbitros de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (2), 311-325. Universitat de les Illes Balears.
- Satélitenoticias.com (5 de junio de 2019). *El emocionante mensaje de la selección de Futsal Síndrome de Down al salir subcampeones en el Mundial de Brasil, Río Grande*. Recuperado de <https://satelitenoticias.com/2019/06/05/emocionante-mensaje-la-seleccion-futsal-sindrome-down-al-salir-subcampeones-mundial-brasil/>
- Trulls, Daniela F. (11 de abril de 2012). Mediación: Resolución alternativa de conflictos. *Sociedad Argentina de Terapia Familiar*, año 16,1-7.
- Tutko, Thomas A. y Richards, Jack W. (1984). *Psicología del entrenamiento deportivo*.A. Pila Teleña.

16. EL NUDO GORDIANO: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS DEPORTIVOS

Una aproximación al tema de los líderes y camarillas

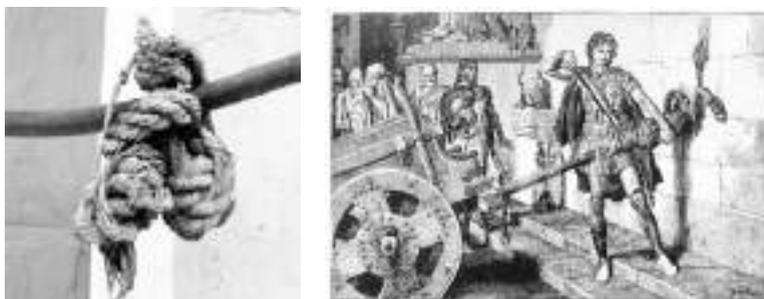
Resumen: Los problemas son un tema recurrente en la actividad deportiva, y la *resolución de conflictos* es una necesidad de primer orden para el eficiente desempeño deportivo, la cual será vista como una legítima oportunidad. El objetivo consistirá en elaborar y resolver en el área psicodeportológica una situación muy frecuente a partir de un ejemplo concreto. Sin embargo, habrá que enfrentarse con escenarios que no ofrecen una solución inmediata o conciliadora. Exactamente, el “nudo Gordiano” da una clara muestra de cómo proceder en determinados casos. Allí donde las camarillas y los líderes desempeñan decisivos roles.

Palabras Clave: Resolución alternativa de conflictos – Nudo Gordiano – camarillas – líderes.

El “nudo Gordiano” proviene de una antigua leyenda, que cuenta sobre un oráculo, de un labrador (Gordia) hecho rey, y de Alejandro Magno, que con la espada deshace el nudo que el labrador había hecho con una sogá atada a su carruaje. Pues, quien deshiciera el nudo conquistaría toda Asia. La cautivante narración conlleva una enseñanza.

Esta nos ofrece un vivo ejemplo de una “resolución alternativa a un conflicto”, o “una dificultad que no se puede resolver, o a un obstáculo difícil de salvar o de difícil solución o desenlace”. Es justamente cuando se requiere de soluciones creativas, en razón de los fracasos por las vías de pensamiento convencional, tendientes a allanar o disipar las diferencias y resolver un conflicto. Sin embargo, no siempre es así y es cuando se requiere adoptar medidas irrefutables. Esto es sólo posible al descubrir la esencia del problema y resolverlo en forma concluyente, al modo de “cortar el nudo gordiano”, recordando que hay una solución diferente a las demás.

Corrientemente, la solución se la piensa proporcionalmente a la magnitud del problema a cómo se lo imagina. Cuanto más grande, más complejo se espera la solución. El “nudo Gordiano” nos enseña que no siempre es así, y que en ocasiones la solución es tomar medidas categóricas y creativas.



Nudo Gordiano. Alejandro Magno cortando el nudo Gordiano.

Un ejemplo del ámbito deportivo:

El conflicto se plantea en un equipo deportivo, cuando se ha formado una “camarilla”, esto es, un conjunto de jugadores que influyen de forma extraoficial en los actos o decisiones de una autoridad superior. Los años en el club, la amistad, la titularidad y el celo por el puesto, son algunos de los factores aglutinantes. Las tentativas de integrarse al resto de sus compañeros, deportivamente, no tienen éxito. Aquí la resolución del conflicto en el corto plazo es muy difícil, compleja, sino irresoluta. La experiencia muestra que la única forma de solución al conflicto, es justamente deshacerla.

Ciertamente, las “camarillas” atentan en mayor medida contra cualquier innovación o intervención favorable en el corto plazo. Se agolpan y cohesionan dentro y fuera del campo de juego, y pueden llegar a coaccionar hasta al propio entrenador –el primer “fusible” del equipo–, imponiendo sus reglas y condiciones. En más de una ocasión se escuchó a un jugador decirle al técnico o entrenador, en forma intimidatoria: *“No es la comisión directiva, sino nosotros quienes decidimos hasta cuándo te vas a quedar”*. Finalmente, la comisión directiva no halla salida, decide hablar con el técnico y convenir su alejamiento. Suele ser una escena repetida. En tales circunstancias, el club suele esperar hasta el final del torneo –conflicto resuelto a mediano plazo y al modo que lo haría Alejandro Magno con su filosa espada–, para desprenderse de la mayoría de quienes integran esa camarilla.

Frente al problema, puede entonces hallarse una solución definitiva, sin discusión, cortando cualquier posibilidad de réplica. Sin términos medios ni contemplaciones. De ahí que la expresión más apropiada que introducimos es “tajante”. La toma de decisiones es fundamental cuando se tiene claridad al revelar la esencia del problema y todas sus implicaciones.

El objetivo principal consistirá en destrabar el conflicto primario, siendo una prioridad reconocer y evaluar cada grupo interviniente y a sus integrantes. Entre ellos, es fundamental reconocer al o los líderes del grupo deportivo, sea que funcionen desde lo cognitivo o lo emocional, representadas por un mismo jugador o más. Es quien se convierte por su denotada habilidad en el “caudillo” que guía y manda al grupo dentro y fuera del campo, tanto en la esfera intelectual, *táctica* como en la *anímica*. En él se apoyan sus compañeros. Es el modelo a seguir.

Para la conformación de un nuevo equipo, se tendrá en cuenta que un equipo sin un *líder natural* –por más brillantes que sean sus figuras– está destinado al fracaso: sucumbe frente a un rival mentalmente fortalecido. En miras de un futuro, será trabajar intensamente en la integración grupal, privilegiar las acciones colectivas, y empeñarse en la recuperación anímica del plantel focalizando un objetivo en común. Templar la personalidad del entrenador, cuando sea necesario, puesto que está sujeto a múltiples presiones, siendo que sus rasgos emocionales y manera de ser (fácilmente observables como manía, irritabilidad, depresión o incertidumbre) repercuten sensiblemente sobre el grupo dirigido.

Referencias

Alexander cuts the Gordian Knot. jpg (s.f.). En *Wikimedia Commons*. <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Alexander-cuts-the-Gordian-Knot.jpg?uselang=es>

Nudo gordiano (s.f.). En *Wikipedia*. <https://es.wikipedia.org/wiki/Nudo-gordiano>.

17. PROGRAMA DE RETIRO DEPORTIVO

Resumen: Diversas situaciones determinan la culminación de una carrera deportiva, destacándose: retiro por lesión, por bajo rendimiento, por problemas personales y por edad.

A fin de exponer la propuesta del retiro de la vida deportiva, se plantea un Programa por *situaciones no precipitantes*. Un caso *precipitante*, por el contrario, sería una lesión grave, ocasionando un retiro forzado. Aunque hay aspectos comunes en cuanto a las características de las distintas actividades deportivas, todo programa debe observar que cada persona es *única y distintiva*, y será considerada como tal.

El objetivo del trabajo consiste en establecer un programa basado en estrategias de intervención desde distintos ámbitos, a fin de atenuar los posibles efectos negativos del proceso de desentrenamiento deportivo.

El desarrollo del programa cubre los aspectos físicos, sociales y, en especial, psicológicos, dotándolo de las herramientas necesarias para su adaptación y desenvolvimiento en el mundo extradeportivo, desde una mirada integral.

Al efecto, el artículo presenta un cuestionario (pretest) de la “fuerza decisoria” del retiro deportivo, y establece tres etapas del proceso: a) antes, b) durante, y c) después del retiro, describiendo las características de cada una, y los instrumentos e intervenciones. Asimismo, presenta una serie de casos ocurridos en la Argentina que enseñan, aleccionan sobre las diversas vicisitudes que atraviesan los futbolistas, entre otros.

De todo este proceso irán a desprenderse las conclusiones, ligadas a la salud, con los cambios que impone la adaptación a un mundo que deparará nuevos desafíos.

Palabras clave: Adaptación al cambio – deporte/deportivo – etapas del retiro deportivo – fuerza decisoria.

Introducción:

Diversas son las situaciones que determinan la culminación de una carrera deportiva, destacándose: retiro por lesión, por bajo rendimiento, por problemas personales y por edad.

A fin de exponer la propuesta del retiro de la vida deportiva, se desarrolla en particular al *retiro voluntario*, esto es, por agentes o *situaciones no precipitantes*, atendiendo por igual el retiro obligado, forzoso, debido a *situaciones precipitantes*, tomando como ejemplo – sin exclusión de otros– al *fútbol* profesional, siendo el más popular a nivel mundial. Si bien hay aspectos comunes, en cuanto a las características de la actividad desarrollada, todo programa debe observar que cada persona es única y distintiva, y será considerada como tal.



PROGRAMA DE RETIRO

o *Objetivo:*

Establecer un programa basado en estrategias de intervención profesional –desde distintas disciplinas– tendiente a reducir los posibles efectos negativos del proceso de desentrenamiento deportivo.

o *Desarrollo:*

El *Programa de Retiro* debe cubrir no sólo los aspectos físicos, sociales, sino especialmente psicológicos, para atenuar los efectos negativos que pueden devenir tras la finalización de su carrera. Ayudarlo a dotarlo de las herramientas necesarias –pedagógicas incluida– para su *adaptación y desenvolvimiento eficaz* en el mundo extra deportivo, como persona, desde una mirada integral.

Esta investigación y propuesta contiene valiosos aportes citados en el correr del capítulo. Asimismo, será posible distinguir, subyacentes,

algunas perspectivas, representaciones e intervenciones basadas en la psicología cognitiva-conductual, en la psicología positiva y en la psicología humanista-existencial, al margen de diversas prácticas y técnicas (mindfulness, yoga, etc.).

Retomando el concepto de retiro, recuérdese que –según la RAE– es la “acción de retirar o retirarse una persona, en especial de la vida profesional”. El concepto tiene antiguas raíces, por lo que se considera que no tiene pertenencia alguna. De modo general, puede ensayarse la siguiente definición: *El retiro es una instancia del proceso natural en que una persona ya no es hábil para desempeñarse en una actividad.* Sea por propia voluntad o por las circunstancias que acompañan su desenvolvimiento.

Como indicamos, el Programa está destinado a jugadores profesionales, teniendo en cuenta sus características singulares, brindándoles un *seguimiento preventivo* ante eventuales riesgos y procurando contribuir al mejoramiento de la salud, capacitarlo y potenciarlo, en el salto que dará a un inédito cambio de vida, de hábitos, relaciones y trabajo.

A la vez, se formulan las siguientes propuestas:

1. Lograr convenios institucionales y/o recursos –humanos y financieros– para ayudar a la adaptación del jugador y que sean sostenibles en el tiempo.
2. Que deportistas que hayan atravesado con éxito tales vicisitudes, puedan auxiliar a otros exdeportistas retirados a superar el trance y alcanzar su integración al mundo extradeportivo.

Desde nuestra perspectiva, el retiro está compuesto por **tres etapas**, cuya duración dependerá de las circunstancias individuales, así como de los aspectos que deban ahondarse.

Este Programa de Retiro propone quebrar el duro lema: “*Dentro del sistema todo, fuera del sistema nada*”. La asociación rectora, el gremio y la mutual, los clubes, junto con las empresas auspiciantes, podrían ofrecer apoyo para la capacitación de excelencia y el trabajo de quienes lo necesiten.

Fuerza Decisoria del Retiro Deportivo: “¿Cómo estás?”.

Con el propósito de contribuir al tema, delineamos un sencillo instrumento para obtener información con fines de investigación o evaluación. Saber de dónde partimos (pretest) y aproximarnos. Por eso, consiste en una prueba esencialmente exploratoria (aunque es también descriptiva), a modo de **questionario**, a fin de identificar los procesos, reconocer las raíces y la magnitud de las condiciones que impulsan a culminar la carrera deportiva. La pregunta inaugural y decisiva, puede sintetizarse en: “*Cómo estás*”. Vicente Ribés (2019) expone las diferentes formas de expresarla de modo que se espere una respuesta.

El **objetivo** es comprobar ciertas cuestiones, cuyas conclusiones puedan resultar interesantes para avanzar en la intención de retirarse de la actividad, reduciendo los riesgos que se asumen tras la decisión, y orientar incluso el futuro del deportista.

El **questionario** está basado en las habituales **causas de retiro** (enumeradas más adelante). A cada ítem los deportistas deben darle una puntuación (0-4), con las debidas observaciones o comentarios, si lo estiman pertinente. Junto con las entrevistas, mide la “fuerza decisoria” (es decir, cuán fuerte o sólida es la decisión de retirarse). Este es el primer y esencial paso en el proceso iniciado con la voluntad de retirarse de la actividad deportiva.

Pudiendo autoadministrarse, permitirá **evaluar** qué medidas deben adoptarse para tratar –en lo posible– de corregir las causales del motivo del retiro. El deportista podrá tomar mayor conciencia de la importancia o magnitud de su deseo de retirarse, ayudado por el psicodeportólogo.

Para establecer el Programa es preciso examinar las condiciones en que los atletas deciden finalizar su carrera deportiva. Por lo pronto, la culminación de la vida deportiva *por edad* es la más frecuente en todas las disciplinas. Aunque la edad no es en sí misma la causa, lo son las circunstancias que remiten a este concepto síntesis. Básicamente físicas, y en forma continuada, deportivas, sociales y emocionales.

Los cambios producidos en el organismo a través del tiempo son bien conocidos, a lo que debe tenerse en cuenta que el régimen deportivo presenta grandes exigencias. La intensa actividad, sometida a distintas

presiones, a través de una larga carrera deportiva repercute de múltiples maneras y deja sus huellas. Las más frecuentes:

- * Lesiones varias y reincidentes.
- * Tiempo de recuperación más lenta.
- * Desgaste físico y respuesta motora.
- * Enfermedades de riesgo o limitantes.
- * Disminución en el rendimiento deportivo.
- * Falta de logros deportivos.
- * Baja motivación.
- * No ser tenido en cuenta o relegado del plantel, baja autoestima.
- * Problemas familiares.
- * Dificultades económicas o laborales.

Una sola con el suficiente *peso* bastaría para fundar la decisión de dar por concluida la carrera deportiva, aunque habitualmente suelen darse multivariantes. Puede evaluarse cuantitativamente la *fuerza decisoria* (FD) tomando a cada ítem como *variables* –pasibles de medir–, adjudicándole un peso (entre 0 y 4). Subjetivos y ponderables, dependerán de la autopercepción del deportista.

Examen exploratorio de la Fuerza Decisoria del Retiro Deportivo (0/4)

1. Lesiones varias y reincidentes	0	1	2	3	4	Obs.
2. Tiempo de recuperación más lenta	0	1	2	3	4	Obs.
3. Desgaste físico y respuesta motora	0	1	2	3	4	Obs.
4. Enfermedades de riesgo o limitantes	0	1	2	3	4	Obs.
5. Disminución en el rendimiento deportivo	0	1	2	3	4	Obs.
6. Falta de logros deportivos	0	1	2	3	4	Obs.
7. Baja motivación	0	1	2	3	4	Obs.
8. No ser tenido en cuenta o relegado del plantel	0	1	2	3	4	Obs.
9. Problemas familiares	0	1	2	3	4	Obs.
10. Dificultades económicas o laborales	0	1	2	3	4	Obs.

Partiendo de la base que la información del individuo es adquirida por las experiencias y la percepción personal, serán examinados desde tres áreas: *a) cognitiva* (juicios, creencias), *b) afectiva* (emociones, sentimientos), y *c) conductual* (rendimiento).

Componentes actitudinales que proporcionan una valoración, una *estimación cuantificable* de las circunstancias del deportista dispuesto a retirarse. Y una *estimación cualitativa*, que muestra las áreas a ahondar y trabajar desde los ámbitos profesionales que correspondan.

PROGRAMA – ETAPAS DEL RETIRO

En el Programa de Retiro aquí planteado, establecemos tres etapas: 1) *Antes del retiro*; 2) *Durante el retiro*; y, 3) *Después del retiro*. Los períodos de tiempo varían de acuerdo al caso en particular. Problemas, estrategias y soluciones varían en cada etapa.

1. *Antes del retiro*:

Consiste en la preparación psicológica del futbolista para el retiro. Cuanto antes mejor, pero un período razonable sería de dos años. Ha de consistir inicialmente en una tarea de acompañamiento, profundizando los motivos –manifiestos y subyacentes– expresados por el deportista y, en especial, sus expectativas futuras.

Es conveniente efectuar un recorrido por su trayectoria, mediante entrevistas abiertas. Conocer su situación presente, satisfacciones y enfados o contrariedades deportivas y extradeportivas. Comprobar la legitimidad de sus fundamentos y, si es preciso, trabajar sobre ellos. En ocasiones, por ejemplo, un disgusto con el cuerpo técnico o compañeros de equipo, desencadena como respuesta abandonar la actividad. En otras palabras, examinar la posibilidad de que su decisión no esté cubriendo motivaciones negativas, en vez del genuino propósito de dar por finalizado su ciclo como deportista profesional.

La aplicación de test y cuestionarios estructurados son útiles complementos. En psicología, pueden emplearse –entre tantos– los test Bender, HTP, Sacks, Raven, Toulouse, y los enfocados en el área depor-

tiva, CEMD (fortaleza mental), IDEP (inventario de ejecución), CPRD (características psicológicas afines al rendimiento), además de una variada gama de técnicas de evaluación e intervención (*Autorregistro, Tu Iceberg*, etc.). Todo dependerá de cada caso y situación que se presente.

Tratado por diversos autores, es el momento de restablecer la motivación, colaborar en un programa de asesoramiento *vocacional y ocupacional*, y empezar a amortiguar los efectos del cambio mediante el apoyo social (Tornabene, 2009). Habiéndose dedicado de lleno a la vida deportiva, toparse con la posibilidad del retiro, resulta una situación previsible, pero hasta hace poco tiempo, lejana e inquietante. Aun cuando en el balance general tiene la ventaja de poder prever esa circunstancia y lograr una buena adaptación al cambio. Esto es, sin que hayan precipitado sucesos que forzaran su retiro por causas imprevistas. La motivación no debe menguar de ninguna manera. Al contrario, tendrá que afrontarlo como un nuevo desafío, positivo. La vida fuera de los estadios y el deporte deben aunarse. Por eso, la *meta central, con visión futura*, consiste en superar los miedos y las incertidumbres, alcanzar una buena adaptación y proyectarse hacia adelante.

La entrega que ha tenido el jugador de alto rendimiento, consagrandolo gran parte de su tiempo, su *vocación* (“llamado a ser”) y focalizando sus intereses, es un motivo por el que muchos no han podido ir capacitándose en otras esferas (carrera dual). Mal podría creer que está a pasos de transitar hacia la inactividad o inutilidad laboral, e incluso existencial (sentirse *vacío*).

Al respecto, el término *carrera dual* (Dual-Career), acuñado por Robert Rapoport y Rhona Rapoport (1969), se refiere a un tipo de estructura donde se persiguen carreras profesionales con un alto grado de compromiso y un desarrollo continuado. En época más reciente este concepto extendido al deporte, ha ido definiéndose como una carrera que tiene dos focos primordiales: uno, el deporte, y otro, los estudios y el trabajo (Rodrigues et al., 2021). A la *educación básica* (el ciclo educativo comprendido desde la niñez hasta finalizar la adolescencia), le sigue la *educación superior*, el cual comprende programas educativos posteriores a la enseñanza secundaria, en los distintos campos de la ciencia, la tecnología y las humanidades. Aquí están contemplados los

estudios superiores no universitarios, tal como las enseñanzas deportivas de grado superior.

Los ámbitos académicos pueden ser: a) Clubes que posean recintos educativos, pudiendo alcanzar los tres niveles; y, b) Instituciones de enseñanza básica y superior coligadas a los clubes o federaciones deportivas. En la Argentina existen ambos casos, aunque no muy afianzados y extendidos. La *facilitación* de los mismos consiste en un proceso que permite llegar a un óptimo resultado mediante la cooperación de todos, sin detrimento de la exigencia. Privilegian la flexibilidad en la asistencia a clases (presencial, en línea, híbrida y virtual), horarios y fechas preferenciales, y acompañamiento tutorial.

Es justo el momento en que el psicólogo colaborará en la *orientación vocacional y ocupacional*. Las alternativas futuras ligadas al deporte, indican que algunos siguen el camino de formarse en dirección técnica, preparación física, periodismo deportivo y, más recientemente, coaching, psicodeportología, representante de jugadores, coordinador y/o manager deportivo, scout, analista de datos deportivos, director deportivo, community manager deportivo, coordinador de cantera, estrategia táctica, hasta directivo de un club. La preparación que han recibido en disciplina, liderazgo y motivación, tareas de equipo, organización y estrategias, es un capital cognitivo que puede ser muy bien aprovechado para aplicarlo en otros emprendimientos. Inclusive, llegar a ser empresarios exitosos.

2. Durante el retiro:

Es el momento más crítico, crucial en la vida del deportista: “Y, ¿ahora qué?”. Los atletas no suelen plantearse qué hacer una vez terminada su carrera deportiva, cuando no han planificado su retiro o adquirido un conocimiento académico. Es decir, no haber logrado una formación suficiente para *competir, emprender y liderar* en el mundo extradeportivo (formar una empresa, emprender un negocio, inversiones en desarrollo, finanzas, etc.).

Se presentifica la ausencia del juego, de las rutinas de entrenamientos, de los gritos de aliento en las tribunas, de abandonar sus deseos, del tiempo ocioso, del vacío que tiñe su existencia, del duelo. Cuando no han

transitado el proceso de elaborar la etapa anterior, pueden sobrevenir *respuestas emocionales*, tales como ansiedad, depresión, aislamiento, soledad, inconformismo, sentimiento de inutilidad, crisis y enfermedades varias, que son –en suma– manifestaciones de no haber prevenido la llegada de ese conclusivo instante. Y es que la vida, tal como la conocen, cambia radicalmente. Llega la despedida al fervor de las multitudes, a la adrenalina de la victoria y a la camaradería de los compañeros de equipo.

Por las citadas experiencias, una propuesta que contiene este Programa de retiro es que jugadores que las hayan atravesado con éxito, puedan tratar de ayudar a otros exdeportistas retirados a superar el trance y afirmarse en la vida. Vale aludir los casos de exdeportistas que crearon empresas de reclutamiento. Tanto el inglés Steve White-Cooper como el estadounidense Dan Cross están convencidos que las cualidades –éxitos o logros– de una persona a la que ayudan, serán fácilmente transferibles al mundo empresarial, a las actividades productivas o de servicio (Smale, 2014). Las facultades previsoras y adaptativas del atleta plegado al programa de retiro, lo afrontará con otra actitud. Llegado a este punto, con el apoyo psicológico, familiar y social, atento a un programa de acción, contará con alternativas ocupacionales y una adecuada planificación previa al retiro, brindándole sentimientos de control y oportunidades. La posibilidad de poder verse y actuar más allá del ámbito deportivo.

El programa de intervención médica y psicológica tiene el propósito fundamental de que “su cuerpo como su mente, vayan a eliminar –a decir del Dr. Ramón Alonso López (2000)– toda o gran parte de la sobrecarga a la que ha estado expuesto durante su vida como deportista de alto rendimiento”. Su eficacia dependerá del régimen o ulterior modo de vida que adquiera el exdeportista. Los profesionales tendrán que hacer un preciso control y evaluación, sostenida en el tiempo.

3. Después del retiro:

En esta etapa se requiere afirmar lo aprendido en las anteriores. Si hubo una buena adaptación al cambio, las dificultades se convierten en oportunidades.

Las consignas médicas estarán orientadas a mantener la actividad física, evitando el sedentarismo y los excesos. Adquiere gran importancia el *aspecto nutricional*, mediante una alimentación balanceada. La alimentación, la disciplina de vida y el manejo de las presiones es responsabilidad de quien se retira de la actividad deportiva, pero el programa –con la intervención de los profesionales– también prevé el cuidado que pueda dispensar la familia, de acuerdo con lo señalado por el Dr. Francisco García Ucha (2017), “asumiendo y facilitando que logre autonomía de la vida deportiva por medio del soporte emocional y social de su estado”.

Casos que enseñan

Ejemplos de éxitos y fracasos abundan en todos los deportes. He aquí un repertorio de casos argentinos, haciendo hincapié en el fútbol –sin exclusión–, por su popularidad y las singulares características del deportista y su contexto.

I. Caso Rómulo Pape: Arquero de Boca en 1938 y de Colegiales en 1940. Celebrando los 100 años, comenta que su longevidad se funda en los saludables hábitos de vida, tales como una moderada actividad física para reponer los músculos, la nutrición y el descanso, además de haber tenido buenos maestros y la atención dispensada por su familia. Conceptos que aún permanecen del *entrenamiento invisible*.

“Es necesario formar no sólo buenos deportistas –señala Inés Tornabene (2009)–, sino también personas con recursos psicológicos saludables e intelectuales adecuados para la vida después de la carrera deportiva”.

II. Caso Javier Cardoso: Una situación diferente del momento de retiro queda aquí expuesta, debiendo llevar a la reflexión. En octubre de 2022 los medios argentinos y extranjeros se hicieron eco de una luctuosa noticia: Un jugador de rugby del Club Universitario de Santa Fe muere tras convulsionar en el partido de su retiro. Javier Cardoso tenía 42 años y daba su adiós de la actividad cuando, súbitamente, convulsionó y los intentos para reanimarlo fueron vanos. La conmoción fue mayúscula: el sábado 22 era su partido de despedida y muere a pocos segundos del

final del encuentro (Corriere della Sera, 2022; El Ciudadano Web, 2022; Uno Santa Fe, 2022; Zavala, 2022).

La denominada “muerte súbita” sobreviene por la alteración e interrupción inesperada de toda la actividad cardíaca. Aunque la causa es propiamente médica, débese tener en cuenta que el principal factor de riesgo cardiológico es el estrés. De hecho, hay infartos que se producen después de una exaltación muy grande. Quizás actuaron en contra el esfuerzo del partido y la intensa emoción que dominaban su espíritu al dar por finalizada su carrera deportiva.

No es posible precisar si el fatal desenlace pudiere haberse prevenido, al carecer de la información pertinente, aunque ateniéndonos a la circunstancia de tratarse de un jugador de 42 años que ha venido desarrollando una enérgica actividad deportiva –de choque y de fuerza–, el tránsito por un Programa de Retiro, con un psicodeportólogo y un equipo médico especializados, debiera haberse constituido en un proceso ineludible, fundamental, tendiente a reducir los riesgos. La cardiopatía coronaria en deportistas de alto rendimiento es frecuente y muy amplia, debido a los cambios estructurales y funcionales del corazón, hallándose asociada en numerosos casos a factores psicológicos, emocionales, tal como fueron descriptos anteriormente.

III. Caso Oreste Corbatta: Su historia nos remonta al legendario Manuel Francisco dos Santos, más conocido como “Garrincha”, famoso jugador de fútbol que jugó 50 veces para la selección de Brasil entre 1955 y 1966, y ganó los mundiales de 1958 y 1962, entre otros lauros. Sin embargo, murió abandonado y en la miseria (Fernández y Tamaro, 2004). Por igual, o reste o smar Corbatta, consagrado futbolista, apodado “El Loco”, o “el Garrincha argentino”, integrante de la selección argentina entre 1956 y 1962, en su decadencia, murió alcoholizado, con cáncer de laringe y sin hogar en 1991, a los 55 años (TyC Sports, 2022; AFA, 2001). La adicción al alcohol también condujo a René ‘El Loco’ Houseman (Cachay, 2010), campeón mundial en 1978, por el camino de la declinación, falleciendo de la misma enfermedad en 2018. Asimismo, el exfutbolista Ariel ‘Burríto’ o rtega (Girardi, 2007), figura de River y la selección, ha luchado largamente contra el alcoholismo. Y con anterioridad, el popular boxeador argentino José María ‘El Mono’ Gatica,

sumido en el alcohol, terminó viviendo en una villa de emergencia, de un ocasional trabajo y de la beneficencia, hasta su trágica muerte en 1963 (Bonelli, 2022). No obstante, hay valiosos *testimonios de superación*, cuando las drogas y el alcohol se mezclan en el fútbol.

IV. Caso Julio César Toresani: Dolor y estupor en el mundo del fútbol se produjo el 22 de abril de 2019 cuando *‘El Huevo’* Toresani fue hallado muerto en la sede de la Liga Santafesina de Fútbol, donde le habían ofrecido hospedaje debido a que sufría serios aprietos económicos, y una situación personal aún más compleja, a causa de problemas laborales y familiares. Retirado en 2004, el ex mediocampista de Boca, River, Colón y Unión, terminó suicidándose a los 51 años. Jamás pudo superar el cuadro depresivo que venía atravesando. El profundo desorden anímico habría comenzado años atrás, con un agresivo cáncer (LNH), al que logró remitir con altas dosis de quimioterapia. “Pensé que la vida se me iba a terminar a los 45 años”, dijo en 2013. Encima, a los pocos días de esa revelación, sufrió un violento accidente de tránsito. La falta de reconocimiento de las instituciones donde había jugado y el ninguneo del periodismo, después de ser tapa de revistas deportivas, lo habían afectado muchísimo (Carter-Thuillier, 2016). El mundo se le desmoronaba, hasta que no pudo más. Sufrió el *síndrome del abandono* de exfutbolistas “afuera del sistema”.

El presidente de la Liga Santafesina, Axel Menor (2019), expresó: “Consideramos que tiene que haber un programa de ayuda psicológica para los jugadores que dejan la actividad y que necesitan esa ayuda, esa es una de las grandes fallas que tiene el fútbol argentino”. Por su parte, Diego Maradona manifestó: “¿Por qué los clubes o la AFA no les dan apoyo a los futbolistas que pasan por esta situación? No creo que el caso de Toresani sea el único” (Infobae, 2019). No se equivocó.

Rubén José Suñé, uno de los ídolos históricos de Boca Juniors a fines de los 70, se había retirado debido a sus lesiones en 1981, jugando para San Lorenzo. No estando preparado para dejar la práctica del fútbol, “Chapa” (loco, en el argot argentino) tuvo muchos problemas psicológicos, incluyendo un intento de suicidio en 1984, con 37 años, arrojándose desde un séptimo piso. Sufrió derrames internos y contusiones muy graves, pero logró recuperarse. Una vez rehabilitado, trabajó con

las inferiores de Boca hasta su muerte en 2019, a los 72 años, siendo inmortalizado en vida con una efígie en el hall *xeneize* (La Nación, 2019).

V. Caso Mirko Saric: Brillaba en San Lorenzo y en 1998 vivió uno de los momentos más destacados de su carrera. Era pieza clave del equipo. Jugaba como volante, era zurdo. Consagrado como una de las grandes promesas del fútbol argentino, el Real Madrid llegó a hacer una oferta de 10 millones de dólares por su ficha. Pero el éxito deportivo no le era suficiente: necesitaba de acompañamiento y cariño permanente. No le encontraba sentido a la vida, pese a su gran futuro futbolístico. Tras una lesión de ligamentos en 1999, temió que su carrera terminara. Le siguió un choque automovilístico en marzo de 2000. Una cruel decepción sentimental sobrevino en un irremontable pozo depresivo que lo condujo el 4 de abril de 2000 a quitarse la vida. Tenía apenas 21 años. Esa mañana, la madre de Mirko abrió la puerta de la habitación y se encontró con su hijo ahorcado en una barra que usaba para hacer ejercicios (TyC Sports, 2020).

El fatídico final de Mirko marca un precedente en el fútbol argentino y sudamericano, siendo el mecanismo del suicidio por ahorcamiento el más usual entre los adolescentes (91,4%) (Escobar, 2021). En esos años todavía no había plena conciencia de la importancia de la salud mental en el deporte, en particular, los más jóvenes que ingresan a la alta competencia, aun cuando la depresión y otros trastornos han existido siempre. Observando esta cruda situación, destacamos la importancia de que los clubes atiendan dichos problemas a temprana edad, en la etapa de formación, incluyendo la elaboración del proceso del retiro a través de talleres.

Existe una cantidad indeterminada de jugadores que, sometidos a grandes presiones (en un contexto muchas veces desfavorable) y a las frustraciones, con la cruda sensación del fracaso por no haber alcanzado las metas propuestas, han decidido quitarse la vida (Rocamora, 2013).

Un prolijo examen permite advertir patrones comunes, multicausales, cuatro áreas que se entrelazan y potencian unas con otras: 1) Deportiva; 2) Económica; 3) Familiar; y, 4) Trabajo:



Por tales motivos, se debe considerar un asunto de primer orden, que el cuerpo médico de los clubes afiliados a las ligas oficiales, cuente con psicólogos, expertos en salud mental y deporte, destinados a los planteles juveniles y a los mayores.

El atleta debe tomar conciencia –y tarea– sobre la necesidad de empezar a verse en forma integral, como una persona con un pasado, un presente y un futuro. Flota la pregunta del periodista irlandés Paul Connolly (2004): “¿Hay vida tras el deporte?”, replicada por distintos autores (Utrera, 2015; Sánchez, 2022). Más allá de las competencias, requiere no sólo entrenamiento físico y táctico, sino contención psicológica, apoyo y herramientas para el desarrollo personal después del final de su carrera. El programa prevé la intervención psicológica para alcanzar tales objetivos.

VI. Caso Juan Domingo Roldán: En el ámbito boxístico, una noticia del 18 de noviembre de 2020 conmovió al mundo pugilístico y al público en general: La muerte de COVID-19 del exboxeador argentino y campeón sudamericano de la categoría liviano Juan Domingo ‘Martillo’ Roldán, de 63 años. Había ingresado en una clínica de la provincia de Córdoba al contraer coronavirus y ser diabético, hipertenso y tener sobrepeso (Agencia EFE, 2020).

Los cambios en la vida del deportista producidos tras el retiro suelen tener un impacto en el cuerpo, en sus hábitos y en su mente, a veces con consecuencias muy negativas por dificultades de adaptación. A las respuestas o reacciones emocionales citadas con anterioridad (ansiedad, depresión, etc.), se halló una tendencia a la hipertensión arterial en depor-

tistas retirados en diferentes disciplinas y no en aquellos que realizaron un programa de desentrenamiento (Carabeo y Salt, 2001; Carabeo et al., 2002). También García Ucha (2017) determinó que deportistas retirados hacía más de diez años con patologías como la hipertensión arterial, los accidentes cerebro-vasculares y la diabetes mellitus eran superiores con respecto a la población normal. El penoso desenlace deja una enseñanza, a modo de corolario: Los deportistas que se retiran no deben abandonar jamás la disciplina aprendida.

Consideraciones finales

Una vez más, recuérdese que *el fin de una carrera no significa el fin de la vida, sino la reanudación de otra carrera*, con los cambios que impone la adaptación a un mundo que le irá a deparar nuevos y atrayentes desafíos.

Visto que, en el desarrollo de este capítulo, hemos explorado, analizado, interpretado y evaluado la intrincada trama sobre el retiro del deportista, la propuesta consiste en definir los aspectos considerados imprescindibles y ahondar en ellos. Así, pues, fueron desprendiéndose numerosas conclusiones y propuestas sobre las múltiples facetas que conforman tan complejo y espinoso asunto.

Reflexionar, debatir y llevar adelante este Programa de Retiro del deportista es un reto que supone una labor esencial, comprometida con el ser humano en su integridad. Ese deportista que es, ante todo, una persona –como cualquier otra– que siente y sufre las contingencias de la vida fuera del campo de juego. *Humanizar el deporte es un valor supremo*, sin pasarlos al olvido cuando ya no lo cubre la indumentaria y no lleva en su pecho la insignia de la institución. Allí donde ha recibido el apoyo *condicional* de su gente, ligada al éxito, y que –en muchas y dolorosas situaciones– deja de ser suya al momento en que abandona el *field* y afronta el mundo real. Por eso, y aún más, es imperioso aprender a escuchar, a ver, a sentir e intervenir en toda su trayectoria. Una decisión que suele conllevar inquietantes devenires, de transformación, de cambios. Por eso, resulta de tamaño importancia, como primer paso, hallarse frente a un cuestionario específico –sometido al fino análisis

y en conjunto con otras herramientas– denominado “Fuerza Decisoria del Retiro Deportivo”, para ir explorando y profundizar en la solidez de la decisión del deportista. Sin dudar, el propósito de todo lo expuesto es que se constituya en una útil contribución para ayudar a transitar el ríspido camino en el que muchos encuentran grandes tropiezos.

En virtud de lo expuesto, el presente estudio nos invita a continuar pensando, a intervenir en la prevención de los hechos descriptos y a impulsar tenazmente la investigación sobre un asunto cuya trama silenciosa suele adquirir enorme importancia en los deportistas –en particular, de élite– quienes, con formidable esfuerzo y sacrificio, han logrado alcanzar lo más alto de su práctica deportiva. Esfuerzo, sacrificio y bríos ensombrecidos, velados, por la multitud ausente al momento en que se apagan las luces del escenario deportivo.

Referencias

- Agencia EFE (18 de noviembre de 2020). Muere de COVID el boxeador argentino y campeón sudamericano Martillo Roldán. *El Heraldo*. Recuperado de <https://www.elheraldo.co/deportes/muere-de-covid-el-boxeador-argentino-y-campeon-sudamericano-martillo-roldan-774251>
- Alonso López, Ramón (2000). La medicina deportiva en el entrenamiento deportivo III. Desentrenamiento deportivo: teoría e hipótesis. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital*, (25), 1. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd25b/desentr.htm>
- Asociación de Fútbol Argentino (10 de marzo de 2001). *Oreste Corbatta, el recuerdo del eterno wing derecho*. Recuperado de <https://www.afa.com.ar/es/posts/oreste-corbatta-el-eterno-recuerdo-del-wing-derecho>
- Bonelli, Chechu (28 de junio de 2022). Días eternos, depresión y suicidios. ¿Jubilarse a los 40? El sueño de muchos es la angustia de los futbolistas. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/deportes/dias-eternos-depresion-y-suicidios-jubilarse-a-los-40-el-sueno-de-muchos-es-la-angustia-de-los-nid27062022/>
- Cachay, Raúl (9 de marzo de 2010). La copa rota: Futbolistas derrotados por el alcohol. *El Comercio*. Recuperado de <https://archivo.elcomercio.pe/>

deporte-total/futbol-mundial/copa-rota-futbolistas-derrotados-alcohol-noticia-444590

- Carabeo Delgado, Ángela I. y Salt Gómez, Marcia J. (abril 2001). Necesidad de confeccionar un programa de desentrenamiento para ciclistas de la modalidad ruta dado los esfuerzos físico-metabólicos que realizan. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital*, año 7, (35), 1. Recuperado de <https://efdeportes.com/efd35/ciclist.htm>
- Carabeo Delgado, Ángela I., Curbelo, Abel D., Cartaya, Rolando A., González, Martha O. y Díaz, Maida F. (marzo 2002). Propuesta de actividades para la confección de un programa de desentrenamiento aplicable a ciclistas retirados de la modalidad ruta. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital*, año 8, (46), 1. Recuperado de <https://efdeportes.com/efd46/ciclis.htm>
- Carter-Thuillier, Bastián (julio 2016). El abandono deportivo desde una perspectiva psicosocial. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 12 (1), 103-117.
- Connolly, Paul (21 de noviembre de 2004). Game over. *Sun Herald. Sunday Life*, 18-23.
- Corriere della Sera (24 de octubre de 2022). *Javier Cardoso, il rugbista è morto in campo in Argentina a 42 anni: era alla sua ultima partita*. Recuperado de <https://www.corriere.it/sport/22-ottobre-24/javier-cardoso-rugbista-morto-6f66fff2-53ae-11ed-a67a-b07760455bf9.shtml>
- El Ciudadano Web (23 de octubre de 2022). *Conmoción en Santa Fe: murió un rugbier tras convulsionar en un partido*. Recuperado de <https://www.elciudadanoweb.com/conmocion-en-santa-fe-murio-un-rugbier-tras-convulsionar-en-un-partido/>
- El Gráfico (20 de enero de 2022). *Garrincha se confiesa*. Recuperado de <https://www.elgrafico.com.ar/articulo/1089/33869/garrincha-se-confiesa>
- El Gráfico (22 de abril de 2019). *Julio César Toresani 1967-2019*. Recuperado de <https://www.elgrafico.com.ar/articulo/1088/33672/julio-cesar-toresani-1967-2019>
- El Nuevo Siglo (7 de septiembre de 2011). *Sócrates, otro ídolo del fútbol que es poseído por el alcohol*. Recuperado de <https://www.elnuevosiglo.com.co/>

articulos/9-2011-socrates-otro-idolo-del-futbol-que-es-poseido-por-el-alcohol

- Escobar, Juan C. (Pról.). (2021). *Abordaje integral del suicidio en las adolescencias: lineamientos para equipos de salud*. Ministerio de Salud de la Nación.
- Fernández, Tomás y Tamaro, Elena (2004). Biografía de Mané Garrincha. Biografías y Vidas. *La enciclopedia biográfica en línea*. Recuperado de <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/g/garrincha.htm>
- García Ucha, Francisco (2017). ¿Cómo retirarse del deporte y no enfermarse en el intento? *Cuadernos de Psicología del Deporte*. Recuperado de <http://psicologiadeldeporte.space/articulo/como-retirarse-del-deporte-y-no-enfermarse-en-el-intento/>
- Girardi, Mariano (12 de junio de 2007). La lucha de Ortega contra el alcohol. Recuperado de *Minuto Uno*. <https://www.minutouno.com/la-lucha-ortega-contra-el-alcohol-n32521>
- Infobae (22 de abril de 2019). *Encontraron muerto al ex futbolista Julio César Toresani*. Recuperado de <https://www.infobae.com/deportes-2/2019/04/22/encontraron-muerto-al-ex-futbolista-julio-cesar-toresani/>
- Infocielo (22 de abril de 2019). *Maradona, de "Seguro y Habana" al dolor por la muerte de Toresani*. Recuperado de <https://infocielo.com/maradona/maradona-seguro-y-habana-al-dolor-la-muerte-toresani-n103977>
- José María Gatica (s.f.). En *Wikipedia*. <https://es.wikipedia.org/wiki/José-María-Gatica>
- La Nación (21 de junio de 2019). *Murió el Chapa Rubén Suñé, ídolo de Boca y autor del gol que definió un campeonato ante River*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/deportes/futbol/murio-chapa-ruben-sune-idolo-boca-autor-nid2260083/>
- La Nación (8 de febrero de 2021). *La revelación de Marcelo Palacios sobre su relación con Julio César Toresani*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/deportes/la-revelacion-marcelo-palacios-su-relacion-julio-nid2596179/>
- La Visión Web (2021). *La salud mental en el fútbol: el caso de Mirko Saric*. Recuperado de <https://lavisionweb.com/2021/deportes/la-salud-mental-en-el-futbol-el-caso-de-mirko-saric/amp/>

- Levinsky, Sergio (22 de marzo de 2021). La increíble vida de Garincha. *Infobae*.
<https://www.infobae.com/america/deportes/2021/03/22/la-increible-vida-de-garrincha-el-gambeteador-endiablado-la-maquina-sexual-y-un-final-ahogado-en-alcohol/>
- Manrique V., Camilo (9 de marzo de 2016). Cinco casos en que el alcohol le ganó al talento. *El Tiempo*. Recuperado de <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16532205>
- Pérez, Gabriel (22 de marzo de 2018). Cómo fueron los últimos años de René Houseman. *Vía País*. Recuperado de <https://viapais.com.ar/argentina/351680-como-fueron-los-ultimos-anos-de-rene-houseman/>
- Rapoport, Robert y Rapoport, Rohana (1969). *The Dual-Career Family: A Variant Pattern and Social Change*. *Human Relations*. Recuperado de <http://moderntimesworkplace.com/archives/ericssess/sessvol1/Rapoportp351.opd.pdf>
- Ribés, Vicente (2019). 7 + 1 Diferentes formas de decir “cómo estás” en español. *Spanish With Vicente*. Recuperado de <https://www.spanishwithvicente.com/aprender-espanol/diferentes-formas-de-preguntar-como-estas-en-espanol/>
- Rocamora, Alejandro (2013). *Intervención en crisis en las conductas suicidas*. Desclée de Brower.
- Rodrigues Marqués, Renato, Streb Ricci, Christiano, Gritando, Iuri y de Costa, Felipe (mayo 2021). Carrera dual en el contexto del deporte: Percepciones y desafíos en diferentes escenarios. *Revista de ALESDE*, 13 (1), 1-6.
- Rubén José Suñé (s.f.). En *Wikipedia*. Recuperado de <https://es.m.wikipedia.org/wiki/Rubén-José-Suñé>
- Ruíz Ventura, Alejo (2011). René Houseman: Mi adicción al alcohol. *Taringa*. Recuperado de <https://www.taringa.net/+deportes/rene-houseman-mi-adiccion-al-alcohol-12q8w6>
- Sánchez, Miguel (19 de junio de 2022). ¿Hay vida después del deporte profesional? *La Opinión de Murcia*. Recuperado de <https://www.laopiniondemurcia.es/deportes/2022/06/19/hay-vida-despues-deporte-profesional-67412008.html>

- Smale, Will (6 de abril de 2014). De deportistas retirados, a empresarios exitosos. *BBC*. Recuperado de <https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/04/140405-economia-atletas-negocios-msd-finde>
- Todo Noticias (3 de abril de 2020). *A 20 años, la mamá de Mirko Saric reveló el verdadero motivo del suicidio del futbolista*. Recuperado de <https://tn.com.ar/deportes/polideportivo/2020/04/03/a-20-anos-la-mama-de-mirko-saric-revelo-el-verdadero-motivo-del-suicidio-del-futbolista/?outputType=amp>
- Tornabene, Inés (2009). *El retiro del deportista: cuando los sueños y desafíos parecen terminarse*. Comité Olímpico Español.
- TyC Sports (3 de abril de 2020). *21 años sin Mirko Saric: la historia detrás de su suicidio*. Recuperado de <https://www.tycsports.com/san-lorenzo/21-anos-sin-mirko-saric-la-historia-detras-del-suicidio-del-ex-jugador-de-san-lorenzo-id332588.html>
- TyC Sports (11 de marzo de 2022). *Oreste Corbatta, el máximo ídolo de Racing que metió dos goles sin ver la pelota*. Recuperado de <https://www.tycsports.com/curiosidades/orestes-corbatta-futbolista-vivio-como-boxeador-murio-en-la-indigencia-id418445.html>
- Uno Santa Fe (24 de octubre de 2022). *Hondo pesar por el fallecimiento del rugbier de Universitario Javier Cardoso*. Recuperado de <https://www.unosanta-fe.com.ar/ovacion/hondo-pesar-el-fallecimiento-del-rugbier-universitario-javier-cardoso-n2740671.html>
- Utrera, Franco (6 de julio de 2015). ¿Hay vida después del deporte profesional? *Homoempresarius*. Recuperado de <https://www.homoempresarius.com/2015/07/vida-deporte-profesional.html>
- Zavala, Jaime (26 de octubre de 2022). *Rugbista de 42 años murió el día de su retiro y en la última jugada*. *Bio Yuri Chile*. Recuperado de <https://www.biobiochile.cl/noticias/deportes/rugby/2022/10/26/rugbista-de-42-anos-murio-el-dia-de-su-retiro-y-en-la-ultima-jugada.shtml>

EPÍLOGO

La psicología del deporte es un campo en constante evolución, donde los profesionales tendrán que prepararse para enfrentar una variedad de retos. Desde comprender las necesidades únicas de los deportistas, hasta desarrollar estrategias efectivas para mejorar sus habilidades, manejar el estrés y la presión asociados con la competencia, y ayudar en su recuperación tras lesiones. Más aún, estar capacitados para trabajar en equipo y comunicarse eficazmente con entrenadores, médicos y otros profesionales del deporte.

De cara al futuro, los psicólogos del deporte deberán adecuarse a las cambiantes demandas del ámbito deportivo y mantenerse al tanto de las últimas investigaciones y desarrollos. Esto puede incluir el uso de tecnología para monitorear y mejorar el rendimiento, así como la integración de enfoques multidisciplinarios para el cuidado de los atletas y la atención de problemas de salud mental más complejos.

En el recorrido aquí propuesto se abordaron temas como la motivación, el estrés, la ansiedad, la autoconfianza, la concentración, la cohesión grupal, el liderazgo, la comunicación, el arbitraje, la evaluación y la intervención psicodeportiva. Se combinó la exposición teórica con ejemplos prácticos y casos reales, proporcionando sugerencias para aplicar los conocimientos adquiridos.

En definitiva, la psicología del deporte es una disciplina apasionante que ofrece múltiples oportunidades para mejorar el rendimiento deportivo y contribuir al bienestar y la calidad de vida. Además, posee la virtud de ayudar a concretar los sueños más allá de un campo de juego. Sus valores pueden aplicarse a la vida cotidiana y conducir al éxito en cualquier esfera. La esencia de lo aprendido no debe perderse jamás.

Poco importa cuántos logros haya alcanzado el deportista, si no ha enfrentado y superado dificultades. Como señala una memorable locución: “El éxito no es una cosa que se logra, sino un camino que se recorre”.

Esta frase nos recuerda que el éxito no es una línea de llegada, sino una travesía constante. Cada paso, cada tropiezo, moldea e impulsa hacia adelante. No importa cuántos trofeos ornamenten las vitrinas; lo que realmente importa es el temple con el que se enfrentan las adversidades.

Así es como un libro no consiste en una colección de palabras, sino, en un universo tejido con hilos de significado, donde los conceptos cobran vida, las ideas se entrelazan y despliegan pensamientos. Pero, hay algo más, cuando descubrimos un sendero que se extiende al frente de los logros y las metas. Es un camino de superación, de desafíos enfrentados y dificultades vencidas. Como atletas, como seres humanos, se sumergen en la esencia misma de la vida.

Precisamente, aspiramos a que esta obra sea una herramienta beneficiosa en ese itinerario, destinada a estudiantes, profesionales, entrenadores y deportistas. Asimismo, que consista en un faro que guíe e ilumine más allá de las fronteras autoimpuestas, invitando a explorar un terreno quizá desconocido.

Una obra que nos lleve a trascender esas fronteras y a experimentar el deporte como una vía de crecimiento y cambio. Siempre más allá. Que ofrezca una orientación para romper barreras invisibles, y superar obstáculos.

Permanece inalterable una verdad fundamental: *el éxito no es sólo lo que alcanzamos, sino quiénes nos convertimos durante el proceso.* Que cada paso en el camino sea un recordatorio de la capacidad para superar, crecer y trascender.

Y cuando se cierre este libro, tener la certeza de que la esencia de lo aprendido nunca se pierde. Permanece en cada huella, en cada latido del corazón. Porque, al final, el verdadero éxito no está en la meta, en logros tangibles, sino en el viaje mismo. Donde el límite se convierte en estímulo, concentración, aprendizaje, adaptación, confianza y transformación.

Se terminó de imprimir en Impresiones Dunken
Ayacucho 357 (C1025AAG) Buenos Aires
Telefax: 4954-7700 / 4954-7300
E-mail: info@dunken.com.ar
www.dunken.com.ar
Abril de 2024

El autor de este libro, doctor Roberto Banchs, es un psicólogo con una sólida formación y experiencia profesional, diplomado y especializado universitario en el campo de la psicología del deporte. A través de sus escritos, ha demostrado gran interés en aplicar los principios de la psicología para mejorar el rendimiento deportivo mediante la consecución, la potencialización y el entrenamiento de habilidades mentales. Al efecto, explora una amplia variedad de temas relacionados con la psicología del deporte y ofrece una visión profunda y actualizada de la investigación y la práctica psicodeportológica.

El título de la obra refleja la idea de que la psicología del deporte puede ayudar a los deportistas a superar sus propios límites y alcanzar sus metas.

Banchs provee en este dossier herramientas valiosas para atletas, entrenadores, psicólogos y cualquier persona interesada en mejorar su desempeño en el deporte a través del conocimiento y la aplicación de los principios de la psicología.

