

La palabra competencia derivada del latín “competere” significa “buscar conjuntamente y posee varias acepciones de acuerdo al contexto en la que sea utilizada.

Se puede competir con uno mismo superando sus propias marcas, o las de otros deportistas, se puede competir individualmente o grupalmente agresiva o naturalmente, súbitamente o progresivamente. Ya sea en un caso o en otro existe en la competencia un innato impulso a la superación.

El reconocimiento en la competencia bien puede ser individual como en el caso del autoreconocimiento o grupal y dependerá entre otros factores de la naturaleza del deporte específico.

Siempre y cuando la competencia esté conducida por altos valores morales, beneficia no solo al individuo o grupo sino a la institución a la que pertenezca y al Deporte mismo.

DESDE TEMPRANO

El impulso de superación está íntimamente ligado a la sobrevivencia y a las tendencias de dominio que posee el hombre. Este impulso se presenta muy tempranamente en nuestra vida y es posible observarlo con claridad en los juegos infantiles. En estos, el niño repite en forma activa aquello que ha vivenciado previamente en forma pasiva. El juego sirve además como conducta que modela, limita, y recrea la fantasía del niño.

Profunda será la relación que se puede establecer entre el juego y el deporte ya que ambos tienen aspectos similares con el común denominador del placer como afecto primordial.

En estos juegos sera posible hallar factores que hacen a la competencia, siendo un claro ejemplo el ejercicio de los roles vinculados a la autoridad, donde el niño aprende a manejarse

con códigos en donde existe el líder, el que depende el que se mejora, el que compite. Estos juegos encontramos implícita la satisfacción imaginaria de necesidades vitales, dando sentido a toda la estructura personal tanto la física como la psicosocial. Estas necesidades vitales durarán toda la vida y a “posteriori” pueden ser satisfechas por las profesiones, el deporte y otras actividades canalizantes.

En todas estas es posible también la sublimación de la constitucional y natural agresividad humana, con el consecuente beneficio secundario.

Una adecuada competencia infantil favorece la evolución a diferentes, posteriores y más estructurados estadios que incrementan y facilitan la madurez físico emocional del niño.

De aquí la importancia del “juego-deporte” a edades tempranas. El niño (y el adulto) al irse autosuperando en sus metas y marcas, ya adquiriendo una noción profunda del perfeccionamiento de sus propios recursos personales.

EL PLACER DE TRIUNFAR

Si bien cuando se gana a un deporte a un oponente, existe la consecuente cuota de placer, todo indica que es la autosuperación la que opera con mayor intensidad en el principio psíquico que regula el placer humano. Imaginemos el indescriptible placer al alcanzar la cima de una montaña a la que hubo que conquistar.

Este nivel de autocompetencia le permite al hombre, progresivamente ir descubriendo el enorme caudal de destrezas que posee y que por falta de aprendizaje están dormidas en su interior, pero, prestas a brindarse a favor de la evolución personal.

Lo “mejor” es un valor cultural sustancial que actúa como un estímulo discreto en todo hombre que anhela una vida digna y placentera. Por esto es que el deportista intenta nadar “más” y “más” rápido, saltar “más” alto, meter “más” goles.

Este “más” es una constante ligada a “más” placer. Es este “más” el que produce mayor plenitud vital.

Cualquier actividad física sin placer no resulta recreativa por lo cual las posibilidades de obtener un triunfo consecuente se hacen cada vez más lejanas.

Como en la vida humana hay que vencer continuamente ciertas y determinadas resistencias, un triunfo deportivo con su correspondiente cuota de placer le otorga sentido a los “sacrificios” del entrenamiento. Sacrificios que por si mismos poseen un valor terapéutico ligado a la estructura misma del deporte.

Si bien la contracara del triunfo sería la derrota, esta en el caso de no ser repetida o constante es una fuente importante de conocimiento y por eso altamente aprovechable para regular la autoestima y neutralizando fantasías omnipotentes de “todo lo puedo” vinculadas a trastornos narcisistas de la personalidad.

En el fondo todo triunfo humano siempre sostendrá la idea de que la vida puede sobre la muerte. Si bien a cada uno de nosotros nos depara el mismo destino, la vida se prolonga en un continuo ir hacia delante.

LA PERFECCION

La perfección no existe nada más que como idea humana. Es más, es parte fundamental de la estructura imaginaria hacia la que tendemos por medio del camino de la autosuperación y que forma una idealización de “lo mejor”. De aquí que la perfección sostenga en su interior un “plus ultra”, un más que nos convoca a obtenerlo.

El camino que recorramos positivamente será el progreso de ese proyecto que en el deporte se marca por las metas a obtener y la performance correspondiente.

La perfección así entendida es un motor que nos impulsa a la competencia con nosotros o con los otros. Pero bien, cuando hemos logrado un nivel propio de performance puede existir temporalmente la necesidad de descanso. El cuál si es demasiado largo puede conformarnos perder el estímulo de mejoramiento. Tradicionalmente esta situación se manifiesta en el dicho popular “sentarse sobre los laureles”. Será ésta una forma de derrota con múltiples y negativas consecuencias. “Sentarse sobre los laureles” será la “forma perfecta de la derrota”.

Si bien existen deportes perfectos, aunque algunos así parezcan, ya que ningún deporte por sí solo tiene la posibilidad de contener a todas las destrezas físicas en forma simultánea, a menos que se integren varios como en la figura del “tetratlon”; el deporte muestra cuan perfectible es esa maquina humana llamada cuerpo que en cada uno de sus procesos “repite” la organización del Universo tal como hoy hemos llegado a conocerlo.

COMPETENCIA Y AUTOESTIMA

Numerosos estudios teóricos y observaciones empíricas han llegado a la conclusión que, el nivel de autoestima aumenta favorecido por la superación de la propia performance.

También, como otras actividades, el hombre en el deporte puede llegar a demostrar que está sujeto a reglas y leyes que son características de lo físico, lo psicológico y lo social. Tener un cuerpo modelado, fuerte, activo, atractivo, es un ideal común a hombres y mujeres. Este aspecto se encuentra incrementado por valores culturales y la moda, siendo ésta última una especie de tiranía a la que hay que obedecer poder actuar dentro de ciertos y determinados núcleos.

Si uno posee este tipo de cuerpo impuesto por la sociedad, se siente aceptado e integrado a la misma. En el caso en que la persona no se corresponda con los patrones imperantes en esa cultura y si está muy pendiente del reconocimiento de los otros, es posible que se produzcan en ella, sentimientos de exclusión, de marginación o de inferioridad. Es casualmente este último sentimiento el que da lugar a una estructura personal deficitaria.

Acorde con la ayuda que se le brinde a esa persona se obtendrá modificaciones positivas. Este tipo de ayuda bien puede proceder de tratamientos terapéuticos como desde el mismo campo de la actividad deportiva o bien de una integrada combinación de ambos.

Este tipo de personas tienen tanto a autocriticarse como a censurar a los otros, posee un bajo umbral de resistencia a las frustraciones o fracasos, se aíslan y reaccionan en forma exagerada a cualquier indicación que se les haga, son poco competitivos, en general rechazan la integración grupal, y estar al lado de ellos nos obliga a protegerlos.

Generalmente las personas que poseen sentimientos o complejos de ser inferiores, compiten pero desde un ángulo negativo. Se autoexcluyen y al no integrarse de hecho y aún sin desearlo conscientemente sabotean tanto al equipo al que pertenecen como a la misma actividad. Pueden llegar a ser, dependiendo de la estructura del grupo una especie de carga que los miembros del equipo soportan durante un tiempo, pero que en definitiva expulsarán del mismo.

Aquel tipo de personas con conflictos de inferioridad que practican algún deporte pueden, no obstante llegar a canalizar en el mismo la agresividad que este complejo siempre produce ya como autoagresión o agresión dirigida hacia otros. El deporte sirve así, entre sus otros beneficios, como una válvula de escape a la presión físico-psíquica que, inclusive naturalmente acumulamos en la vida diaria.

No necesariamente la agresión es dañina ya que la misma en forma coordinada sirve para la defensa personal y es un positivo sustrato para actividades que precisan de una cierta cuota de agresión. Pero cuando la agresión no es derivada correctamente produce deterioros profundos en la estructura personal.

En aquellas personas con una acentuada disminución de la autoestima, además de la necesaria ayuda específicamente terapéutica, la práctica de algún deporte accesible, le proveerá de un cierto autoreconocimiento o un reconocimiento por parte de los otros que favorecerían la adquisición del bienestar necesario para cada ser humano. El deporte en mismo, puede hacer que una persona logre prestigio, se la valore, se la acepte y reconozca.

Salvo raras excepciones a un deportista verdadero se le conocen desviaciones psicológicas profundas, pero ante determinadas situaciones que superen su estructura pueden llegar a

generársele conflictos que alteren el normal crecimiento profesional.

Por algún motivo razonable siempre se ha elogiado el papel terapéutico de la actividad deportiva.

En todos aquellos casos que el entrenador haya percibido algún conflicto de inferioridad en el atleta que haya disminuido su autoestima e incrementado negativamente sus aspectos competitivos, no solo podrá ayudarlo derivándolo al profesional especializado sino que sería conveniente le pautara metas posibles, reales y susceptibles de ser logradas con el objeto de no introducir en la vida de ese deportista, otros niveles que le incrementen su angustia al no poder obtener el éxito esperado acorde con los objetivos propuestos.

En este aspecto la relación entrenador atleta debe ser sutil y delicada y a medida que el atleta va venciendo ciertas inhibiciones se podrá ir incrementando su nivel de aspiraciones en vistas al logro de un mejor rendimiento. Esta progresión paulatina va mejorando la “performance” deportiva y asegurando una mejor calidad de vida personal.

En las personalidades con complejo de inferioridad se pueden encontrar los siguientes procesos:

En las personalidades con complejo de inferioridad se pueden encontrar los siguientes puntos que conforman un desarrollo progresivo dentro de un proceso de naturaleza inconsciente:

** origen del conflicto*

- *estructuración y permanencia del mismo*
- *emergencia del complejo frente a determinadas situaciones que pueden asimilarse a la que*

lo origino

- *defensas estructurales frente al complejo*
- *frustración por la imposibilidad de acceder a lo deseado*
- *agresión como afecto derivado de la frustración*
- *depositación de la agresión sobre la misma persona*
- *proyección de la agresión sobre otros encontrándose siempre un “chivo emisario”*

Y que sucede cuando el equipo o el atleta pierde? El mismo público (por identificación masiva) puede sentirse un perdedor y volcar el enojo contra el entrenador (un chivo emisario siempre a mano) o bien sobre el equipo.

También este público por medio de las, a veces más extravagantes racionalizaciones se defiende de la derrota.. La cosa es, no sentirse un perdedor, no sentirse inferior.

En toda la historia de los deportes, glorificar al que gana y rechazar, castigar al que pierde es un lugar común.

Estos datos permiten inferir que si bien existen la razón y los deportes racionales, la emoción es la que juega un papel tan primordial como fundamental.

PERSONALIDAD COMPETITIVA

Cuando hablamos de personalidad competitiva deberíamos definir cuál es el concepto de personalidad al que nos referiremos. Entendemos a la personalidad como aquello singular del hombre que emerge desde su individualidad en relación directa con el medio ambiente con el interactúa activamente.

Desde siempre el hombre involucrado con otros semejantes, lo hace innatamente un ser social. Muchos son los intentos de abarcar con un solo término la multiplicidad de factores que hacen al criterio de personalidad. Entre ellos encontramos una histórica

Diferenciamos el concepto de temperamento y carácter. El primero lo será para lo fijo, corporal, heredado, mientras que el segundo está reservado para lo exclusivamente psicológico.

A su vez el temperamento es subdividido en cuatro grandes grupos: el sanguíneo (afectivo, alegre, excitado), el colérico (irascible, de " pocas pulgas"), el flemático (apático, poco comunicativo, tranquilo, aislado) y el melancólico (depresivo, abatido), formas personales que pueden temporalmente ser modificadas por el "estado de ánimo".

Podríamos pensar que, si el deporte como hemos señalado anteriormente, es un propiciador de placer, los mejores deportistas los podríamos encontrar entre los sanguíneos, pero no podemos dejar de advertir que no todos los deportes reúnen las mismas características y que hay deportes que por su estructura pueden ser practicados por personas que necesariamente deban ser "sanguíneas".

Además cada persona tiene una vivencia del placer diferente, una forma diferente de vivir lo placentero. Por otro lado hay deportes, los racionales por ejemplo, en los que el placer se encuentra relacionado con el "movimiento intelectual" y no inevitablemente con el movimiento corporal.

La edad, el nivel socio económico, la cultura, la posibilidad del tiempo de ocio, son también factores co-determinantes en la elección y la práctica de los deportes. Hay ciertos deportes cuya cuota de placer está en lo social que se puede encontrar en ellos, o bien están aquellos deportes que son utilizados como forma de negociación tanto económica como profesional.

Tampoco puede tan ligeramente decirse que si la persona es extrovertida será más competitiva ya que existen deportes en los que la introversión necesaria para la atención y la concentración, el golf por ejemplo, es un factor predominante para lograr que la actividad sea exitosa. Estos dos tipos de personalidad, la extrovertida y la introvertida se presentan en forma pura y existe la posibilidad de que varíen y o se complementen.

De cualquier modo, acorde con la estructura de personalidad se elegirán unos y no otros deportes y el nivel de competitividad estará determinado por aspectos íntimos de esta estructura y los factores externos que la estimulen positivamente.

DESDE NIÑOS

Desde La más tierna infancia se modelan este tipo de temperamentos y caracteres, altamente determinados por el núcleo familiar y las primeras instituciones (escuela, iglesia) a las que accede el niño. Pero también en el club, el deporte operará como un modificador, contenedor y canalizador del temperamento y carácter infantil.

Los niños al competir tanto desde los juegos como desde los deportes adecuados a sus

posibilidades, van paulatinamente desarrollando habilidades físicas y psicológicas con las que a posteriori podría manejarse con mayor facilidad y éxito en la vida adulta. Al respecto faltarían estudios que confirmasen o no la presente hipótesis. Pero, hoy ya nadie niega la fundamental importancia del deporte como recreación y como formador de conductas positivas. El hecho que el niño prefiera juegos individuales o grupales nos permitiría suponer que a posteriori se dedicaría a la práctica de deportes de similares características, aunque ésta es una hipótesis que merecería ser corroborada. De hecho el favorecer en el niño el juego-deporte grupales podría incidir en el proceso de socialización y de democratización.

Todas aquellas personas que realizan actividades deportivas grupales, aprenden a manejar más hábilmente sus capacidades competitivas. Al mismo tiempo, en un equipo no se tendrán en cuenta las diferencias religiosas, sociales, raciales, económicas. Cuando el equipo compite estas diferencias tienden a neutralizarse en pos del objetivo común, el éxito del grupo.

La tolerancia, la comprensión, el espíritu de cuerpo encontrados en los equipos deportivos, modifican la estructura individual de cada jugador permitiéndole canalizar sus aspectos negativos dentro de un marco competitivo integral e integrante.

Siempre un equipo será más atrayente para las grandes masas. En los deportes en los que actúa más de una persona es más fácil identificarse y ser uno de los que juegan. En estos equipos el niño no solo aprenderán reglas que regulan su personalidad individual sino que lo integra a un grupo que puede obtener con más facilidad el reconocimiento del público, entre quienes se encontrará el padre y familiares así como profesores y amigos, lo cuál aumenta en forma consecuente su autoestima.

Si la actividad deportiva favorece el desarrollo del niño por consecuencia directa favorecerá la misma estructura familiar y cuando más significativa serán entonces aquel deporte practicado por toda la familia. La brecha generacional será atenuada y jerarquizado mucho más el factor integración que el factor etario.

PORQUE COMPETIMOS?

Competir es un verbo que se asocia con muchos otros, sobre vivir, jugar, sentir placer, obtener poder, reconocer, reconocerse, descargar agresividad, canalizar déficit personales, crecer, etc. Pero, dependerá de la forma positiva o no en que compitamos que la competencia beneficiará nuestra vida. Como la competencia es una actividad integral, todo el sistema personal está en juego. No solo los "músculos" y "órganos" se benefician, sino que la psicología del hombre que compete también lo percibe, porque la competencia también es superación, valentía, sueño, fantasía.

Son tantos los verbos que acompañan a competir que podríamos arriesgarnos a decir que la misma vida es competencia, pero una competencia con valores, reglas, tradiciones y modelos de conducta que le hacen desarrollar al ser humano, un profundo sentido de dignidad y equilibrio.

Durante el tiempo de la competencia existe una acentuada tensión que en las personas podría ser vivenciada como una molestia o como un incentivo.

Esa pérdida momentánea del equilibrio referido anteriormente, obligará a intentar recuperarlo por lo cuál esa tensión serviría de soporte y de sentido.

Será en aquella categoría de juegos llamados “agon” donde, según Roger Caillois (1969) se encontraría la disputa, la lucha, la competencia, el deseo de vencer y de reconocimiento de la victoria. Por supuesto habrá los deportes en los que la competencia es menor o casi inexistente, pero aún cuando invisible, el hombre compite contra aquellas “fuerzas extrañas” como ser el viento, la velocidad, la altura, el vértigo, las que aún siendo “contrincantes irreales”, se comportan con toda la fiereza de sus potencias. Este autor escribe otro tipo de juegos como ser los “alea”, juegos de azar, donde el destino, el azar, es el oponente. Otra categoría es la de la mímica, el disfraz, el drama, la imitación y por último la denominada “ilinx” (del griego: remolino), dentro de la que están el esquí, el patinaje y los deportes de velocidad.

En todos estos deportes, el hombre se prueba una y otra vez. Su deseo será ganar o ganarse, sirviendo la victoria para autoevaluar sus condiciones física, el aprendizaje realizado, su nivel de esfuerzo y la “performance” obtenida.

Cuando se estudia profundamente la naturaleza humana, se podrá observar que existe en todos los hombres, en algunos más en otros menos, una necesidad constante de saber, de comprender aquello que se le presenta diferente, arriesgado y por tal atractivo. Ese “algo” le propondrá un desafío, el que generará respuestas creativas tanto en variedad como en contenido. Es aquí donde encontraremos que, ante un mismo deporte emergen diferentes estilos los que están en arreglo a sus personalidades, habilidades, adiestramiento realizado y posibilidades exógenas. De todos modos ya sea solo o en equipo, con experiencia o sin ella, riguroso o suelto, alto o bajo, blanco o negro, el hombre compite consigo mismo porque es innato en él, el impulso a vivir.

OBSERVANDO LA COMPETENCIA

Los niveles de maduración en los logros de determinadas metas, no son siempre objetivamente mensurables, aunque sí subjetivamente evaluables. Existen en muchas oportunidades, progresos que se detienen como quien ha llegado a un mojón y descanso puede detener el acceso a un nivel más elevado, sobre todo cuando un atleta ha conseguido un nivel de “performance” con un estilo de juego estabilizado y lo cambia por otro con el objeto de aumentar su campo de acción o por mera creatividad. Estos cambios pueden disminuir el rendimiento de los atletas, hasta que se instaure en los mismo tanto física como intelectual y vivencialmente las correspondientes representaciones. El éxito sobrevendrá inmediatamente se hayan integrado el estadio anterior al nuevo modelo. La seguridad así obtenida será un factor observable objetivamente ya que se impondrá su sello característico. El público podrá decir, este atleta es competente porque aún cambiando su estilo sigue siendo “bueno”. Este sería un claro modelo de autocompetencia. Aquí se ha jugado el nivel de aspiración del atleta dentro de un campo disciplinado y acorde con las experiencias anteriores acumuladas del atleta. Es el quien con ayuda de su entrenador podrá ir colocándose niveles cada vez más altos para obtener un mayor y mejor desarrollo de sus propias posibilidades.

Este nivel de aspiración bien puede ser propio o de su entrenador, pero bien puede ser estimulado por sus compañeros por las recompensas ofrecidas tanto en desarrollo profesional como monetarias, o por la filosofía de la institución a la que pertenece. De cualquier modo, su nivel de aspiración estará vinculado profundamente a la idealización que posea de su personal y al futuro al que anhela acceder. En todos estos aspectos se juega la profunda motivación que posee el ser humano para superar todo aquello que forma obstáculo a su evolución.

CAOS O COSMOS

Anteriormente hemos mencionado que el deportista regulará su actividad dentro de un campo disciplinado. Merece añadirse a esta situación el hecho innegable de que todos los hombres anhelamos un ordenamiento frente a ciertas situaciones caóticas con las que se presenta la realidad. Este ordenamiento no solo constituye una forma de delicado equilibrio entre el hombre y la naturaleza observable en el objeto de todas las doctrinas intelectuales sino en la misma estructura del deporte.

El deporte ordena, establece jerarquías funcionales, canaliza conductas, forma caracteres, es terapéutico. En todos estos lugares se juega en sus múltiples aspectos la estructura de la persona en sus múltiples aspectos. Entre ellos su moral, su honradez, su honestidad. Estos valores y la necesidad de triunfar dentro de un nivel de competencia adecuado a la actividad y a sus posibilidades generales, se manifiestan dentro de un campo de disciplina.

Esta disciplina es la que se entiende como un recurso que servirá de orientación y de guía en el proceso de aprendizaje de toda actividad deportiva. Cada persona entenderá la disciplina acorde con su experiencia y anhelos de proyección. Es esto lo que le permitirá no solo regular su propia conducta sino su adecuación a la conducta grupal.

Es innegable que una modalidad deportiva exitosa con un alto nivel en su performance, precisará de normas precisas y claras que regulen su actividad. El atleta podrá tener mayor seguridad si es guiado por un entrenador que a su vez es una persona disciplinada y lo muestra con su ejemplo. Este aspecto es mucho más notorio en los casos en que se traten con niños o jóvenes, los que necesariamente precisan de otro modelo o patrón con el que identificarse, más allá del área familiar, donde genéricamente el que propondrá modelos de conductas ordenadas serán los padres o familiares cercanos.

El sostenimiento (“holding”) de la disciplina es notorio en todas aquellas actividades en las que se obtienen triunfos constantes. Por otro lado la disciplina deportiva con sus particularidades, benéficas tanto al individuo, como al grupo, así también como a la actividad deportiva y a la institución a la que esté y o su equipo pertenezcan.

La disciplina tanto corporal manifestada en la práctica ordenada y sistemática de un deporte como en la intelectual permitirá evaluar con mayor claridad la performance obtenida.

Pero al respecto merece destacarse que es disciplina no carece de la necesaria estimulación placentera para el deporte ya que posee en el conjunto de normas y reglas que la conforman, una inmediata sensación no solo de gozo corporal sino de aquello que tiene que ver con el “deber cumplido”.

Todo en la naturaleza, aún cuando se nos presente superficialmente desordenado, sigue un plan determinado que le permite su supervivencia, su desarrollo, su crecimiento y su trascendencia. Si bien aún bajo formas exuberantes y algunas de ellas, “caóticas”, la naturaleza brinda su impronta a la mirada de los hombres, el proyecto que la sustenta está sujeto a normas que le son imprescindibles. Aún más allá de los seres que conforman el hecho natural, todos ellos están regulados en los denominados ecosistemas. Seré el atleta el que con una actividad disciplinada, ordenada metódicamente y acorde con los patrones imperantes para su actividad, conformará un estilo de ecosistema deportivo en el que entrarán su persona, su entrenador, su grupo, el público, la institución. Y será en el mejor de los casos que este ecosistema mantenga su equilibrio por medio de una disciplina plástica y creativa.

La misma historia humana, muestra que periódicamente se pierden los logros obtenidos en base al esfuerzo realizado por todos aquellos seres que proponen a la prolongación de la vida

en nuestro planeta. Es entonces cuando se hace necesario un nuevo reordenamiento de las normas que regulan la conducta humana y en el que la disciplina como un recurso creativo permite la superación del caos.

Sí analizamos detenidamente a todos los deportes, no solo observaremos que ninguno de ellos posee una forma caótica sino que por lo contrario, son ordenados siguiendo una estética que hacen a su estructura y consistencia y que cuando una persona los practica puede identificarse con estos patrones enriqueciendo su vida en forma criteriosa y placentera. Por este entre otros muchos motivos, es que estamos convencidos que el deporte guarda en su interior un poderoso núcleo de creatividad que estimula el progreso ordenado del hombre desde lo más íntimo y singular de su estructura.