

La relacion de la vida cotidiana con la psicologia deportiva y el fútbol

“LA VIDA ES CAERTE SIETE VECES Y LEVANTARTE OCHO” (proverbio japonés)

Si nos referimos al fútbol y el lugar que ocupa en el plano social, es una pasión que se multiplica. Como bien lo definió Alberto Ure (director de teatro): es la única religión sin ateos del año 2000.

Pero, ¿qué es el fútbol? ¿Una religión? ¿Una pasión convertida en negocio? ¿Un juego?

Una respuesta posible: es el deporte elegido por más seres humanos en el mundo. Para jugarlo, ir a disfrutarlo a las canchas, seguirlo por televisión o sencillamente leerlo. Hay un viejo dicho que establece: "Si no quieres discutir, no hables de religión, fútbol ni política". El fútbol es materia opinable y no descubro nada al decirlo.

La gente opina sobre el juego, los periodistas opinan sobre el juego, los jugadores (únicos protagonistas verdaderos) opinan sobre el juego y también los técnicos opinan sobre el juego.

El fútbol es un juego que se ha super-profesionalizado. Y como todo deporte super-profesionalizado se ha transformado (no desnaturalizado) en un nuevo producto, una nueva mercancía.

Es imposible creer que un jugador profesional disfruta plenamente del juego. Esto es: sentir satisfacción "infantil", placer lúdico como en la plaza con los amigos o en los campeonatos amateur o de barrio. En la alta competencia el placer está acotado. Si bien la presión excesiva en las competencias produce rupturas del equilibrio y bienestar psicológico tanto en el fútbol profesional como en el amateur (que es alta competencia).

Antes, jugaba por el honor, a lo sumo por la medalla, otras veces por la gaseosa.

Hoy, hay que aceptarlo, el jugador profesional juega por una institución, por fama, por dinero, por una transferencia al exterior, por un buen puntaje en todos los medios deportivos...

Así como cualquier espectador que observa a un equipo que juega bien al fútbol y piensa "¡Qué lindo y qué fácil y sencillo es el fútbol bien jugado!", cuando la pelota corre con precisión y justeza de un jugador a otro, cuando es un fútbol asociado, pulido, donde los jugadores desarrollan sus habilidades, cuando la pelota va y viene, cuando los toques tiene destinatario, cuando la pelota es bien tratada.

Pero tal vez estemos de acuerdo en que la otra cara de la moneda de tanta sencillez, es la complejidad. Y el fútbol es complejo...

Dante Panzeri, famoso periodista deportivo de nuestras tierras y muy venerado, publicó hace 31 años (exactamente el 26 de septiembre de 1967) un libro no menos famoso: "Fútbol, dinámica de lo impensado" (Editorial Paidós). Vale aclarar que actualmente muchos periodistas deportivos recurren a las "determinaciones anímicas", a los factores psicológicos, a las presiones, al miedo escénico para explicar en sus comentarios las actuaciones de un equipo o de un jugador. Sin embargo, más allá de esas bellas palabras, no utilizan ese mismo énfasis para preguntarse por qué no hay más especialistas trabajando en este deporte. ¿De qué tienen miedo?

Me permito "polemizar" y coincidir también con él en algunos puntos de su referencia al tema, si bien ya no está entre nosotros como todos sabemos, pero para cuestionar su frase en el epílogo: "Este libro no sirve para nada".

Ese libro sirvió, sirve y servirá, no sólo porque es la trascendencia de un hombre (su obra) sino porque, aún con su estilo tan ácido e irónico por momentos, nos propone PENSAR. ¡Y cuánto vale eso!

Para ser cortés, me referiré en un comienzo a mis coincidencias:

Lo más importante son los jugadores.

Cada jugador es diferente.

El fútbol tiene mucho de talento, de imprevisible, de sorpresivo, de incalculable, de implanificable, de impensado.

Su refutación al Psiquiatra que contrató River en 1966, cuando señala que "el jugador que corre 50 metros con una pelota y no sabe qué hacer con ella, generalmente no tiene ningún subconciente de persecución durante su niñez", es correcta. El profesional cae en el error de generalizar e interpretar salvajemente. Podría haberse referido a la indecisión como correlato de una auto-confianza baja que le impide desarrollar su capacidad de arriesgar. Pero para hablar de problemas de persecución habría que haber analizado ese caso y si llega a esa conclusión (un suponer), buscar una estrategia de cambio con el jugador y jamás publicarlo con nombre y apellido, pues se estaría violando el secreto y la ética profesional.

A decir verdad, da la sensación de que Panzeri no creía en lo psi, mucho antes de pensarlo respecto al fútbol. Sólo que este tipo de errores profesionales (imperdonables) fortalecen y alimentan los prejuicios con justa razón.

Polemizo y disiento con él, cuando califica como "farsa" el trabajo del Psiquiatra en River por ponerlo al servicio de la "tecnología moderna".

Mezcla y confunde Psiquiatría, Psicoanálisis y Astrología (horóscopo).

Aboga por un fútbol "ideal" con "jugadores" (sin entrenadores, sin periodistas, sin Psiquiatras).

Afirma (desde lo intuitivo y no desde lo científico) cuestiones tales como: "Y aunque Freud haya descubierto el valor del subconciente, yo aseguro que ni Freud ni nadie, podría determinar por qué un jugador juega muy mal haciendo una gran jugada y por qué ese mismo jugador repite la misma jugada en una brillante jugada"...

"Yo afirmo, con el mismo derecho, que un estudio psicológico de futbolistas, bien realizado... demostraría que no sabemos por qué el buen jugador es bueno y el mal jugador es malo. O a lo sumo, podría demostrar que el fútbol, para ser serio, tiene que ser juego. Y si es juego, es espontaneidad. Y si es espontaneidad, no se puede organizar. Y si es incontrolable, es un magnetismo de la incógnita de lo que va a pasar..."

¡Qué buen aporte a la reflexión y al intercambio! (única manera, entiendo, de progresar en el planteamiento y tratamiento de algunas cuestiones): Es cierto que a Freud jamás le importó el fútbol, y lejos estuvo de pensar algunas cuestiones, aunque todos sabemos que fue el descubridor del inconciente y padre del psicoanálisis (una teoría muy pregnante de la psicología pero no la única).

Hay estudios psicológicos que permiten analizar en detalle las características de conducta y personalidad de un individuo. Si hablamos de esta especialidad, específicamente en el momento de la competencia, hay cualidades técnicas que el jugador debe tener sí o sí, y que el técnico podrá mejorar.

El especialista en Psicología no está para enseñarle a jugar al fútbol, sino más bien para ayudar al jugador a determinar algunas cuestiones, como ser:

Por qué se desconcentra en momentos claves del partido.

Por qué se lesiona tan a menudo.

Por qué posee baja tolerancia a la frustración.

Por qué tiene la valoración distorsionada por defecto.

Por qué a veces le pesa ir a entrenarse.

Por qué se bajonea cuando no juega.

Por qué no le gusta que el técnico le señale algunas cuestiones.

Por qué tiene tan poco diálogo con sus compañeros.

Por qué es tan poco comunicativo dentro de la cancha.

Por qué si el técnico le reprende durante la competencia siente que se pincha.

Por qué le agarra colitis o trastornos del dormir la noche previa al partido.

Por qué rinde más en prácticas que en competencias.

Por qué lo amonestan o lo expulsan tan seguido.

Por qué la otra vez se puso a discutir con un hincha detrás del alambrado.

Por qué extraña a su familia.

Por qué de visitante rinde mucho más que de local.

Por qué hay 20 minutos de los últimos partidos que no participa del juego, por decir algunos "por qué". Y una vez investigados y determinados con el jugador, (toda conducta tiene una explicación, toda consecuencia tiene una causa o más) modificar (solucionar) la actitud y que pueda entonces rendir su MAXIMO POTENCIAL.

No es tan difícil. La ciencia aporta para sumar, no para embarrar...

Aún así, en algo le doy la razón a Dante. El fútbol es tan complejo e indescifrable en todas sus variables, que se dice que Brasil tuvo un Psicólogo en las filas de su Selección y que los psicotécnicos individuales de Garrincha (Campeón mundial en 1958) daban realmente mal (¿debilidad mental? ¿psicosis?...).

Sin embargo, aún suponiendo que las técnicas fueron bien tomadas, todos sabemos quién fue y cómo jugó y nos deleitó Garrincha. La Psicóloga actual del Seleccionado de Brasil, refiere que "en esa época, sólo se medía el C.I. (coeficiente intelectual)".

Tal vez en esto el fútbol nos enseña que (como en la vida) no hay una verdad única, absoluta, exacta. De ninguno de los lados.

Vaya paradoja: Dante Panzeri finaliza este capítulo citando palabras de Roberto Perfumo (Racing, 1967) como poseedor de una sinceridad y desinfección poco común:

"En 15 años más se termina el fútbol... Yo no vi el fútbol de antes, pero peor que esto no pudo ser ninguno. En el fútbol se está ganando demasiada plata; a los jugadores eso nos enloquece..."

La paradoja es que ese jugador tan técnico y tan lúcido (campeón intercontinental con Racing en 1967) elegido por Dante, estudió luego la Carrera de Psicología Social (además de la de Director Técnico). Y por suerte no sólo no enloqueció, ni bien el fútbol se terminó, sino que en El Gráfico, investigación publicada en septiembre de 1996 por Diego Borinsky (¿Sirve la Psicología en el Deporte?, nota ternada en el rubro Investigación Periodística de los Premios PLEYADE) finaliza la misma diciendo: "Antes nos preguntábamos si debían existir los técnicos. Ahora, hacerlo es un absurdo. En algunos años, con la Psicología va a pasar lo mismo".

¿Qué son los jugadores?

¿Qué relación hay con personas de carne y hueso?

-Maradona es una inversión -decía el presidente del club Nápoles. Ahora los clubes europeos, y algunos latinoamericanos tienen psicólogos, como las fábricas: los dirigentes no les pagan para que ayuden a las almas atribuladas, sino para que aceiten las máquinas y eleven su rendimiento. ¿Rendimiento deportivo? Rendimiento laboral: aunque en este caso la mano de obra sea más bien pie de obra, la verdad es que los jugadores profesionales brindan su fuerza de trabajo a las fábricas de espectáculos, que les exigen la máxima productividad a cambio de un salario. La cotización depende del rendimiento; y cuanto más les pagan, más les exigen. Entrenados para ganar o ganar, exprimidos hasta la última caloría, les exigen más que a los caballos de carrera. ¿Caballos de carrera? El jugador inglés Paul Gascoigne prefiere compararse con un pollo de criadero:

"-Los jugadores somos pollos de criadero: tenemos movimientos controlados, reglas rígidas, comportamientos fijos que deben ser siempre repetidos."

¿Cuál es el fundamento para que una ciencia aplicada, casi ausente hasta hoy, se incorpore a este deporte? ¿Qué es lo que tiene para dar y aportar?

Arrancamos con esta cita de Eduardo Galeano que nos mete "de palomita" en tema.

¿Estamos sólo para elevar el rendimiento del futbolista o para ayudar almas en pena?

Según mi enfoque teórico-práctico, estamos para las dos cosas, y tampoco nuestra función se agota allí.

Durante décadas, el "entrenamiento mental" quedó en manos de técnicos, preparadores físicos y médicos (en algún caso)... Pero, ¿cómo?. Es sencillo de explicar, la función siempre fue necesaria, pero al no estar ocupada, era resuelta por otras ciencias.

Esto es responsabilidad mutua: no había (ni hay todavía muchos) especialistas en condiciones de desarrollar bien esa función, y estamos hablando de una ciencia nueva...

Hace 30 años, los preparadores físicos tuvieron el mismo problema que hoy tenemos los Psicólogos deportólogos: les costó imponerse.

La preparación física quedaba en manos de los técnicos (entrenadores técnico-tácticos), que no querían renunciar a ese poder absoluto. He conocido técnicos que en sus inicios hacían todas las funciones: técnico, profesor, médico, psicólogo, utilero, etc. porque estaban solos y se las arreglaban como podían. Pero no es la mejor manera de trabajar. Sucede que para trabajar interdisciplinariamente, el técnico tiene que saber delegar y escuchar sugerencias.

Hemos visto que no es lo mismo conducir que dirigir, hemos visto que no es lo mismo tener poder que lograr autoridad.

Hemos dicho que haber sido buen jugador, no te garantiza ser buen Entrenador.

¿Cómo plasmar todas estas enseñanzas del fútbol a la vida cotidiana de las personas?

Todo lo que le vamos a pedir al jugador nos sirve como seres humanos:

TENER METAS: Hay gente que anda por la vida sin saber porque ni para qué. Aun desconoce su vocación. Difícilmente le vaya bien. Hay que encontrar que función tiene uno en esta vida, prepararse, especializarse y

plantearse metas a corto, mediano y largo plazo. Y como vimos en este año y medio en los artículos, metas de resultado, pero sobre todo de desempeño, que son las más importantes. Y escribirlas, para que el compromiso sea mayor y nos posibilite el feed-back.

TENER CONFIANZA EN UNO MISMO: Las metas son difíciles pero realistas y serán alcanzables si poseo una buena percepción de nuestro potencial. La sumatoria de pensamientos que yo tengo de mi mismo, positivos ellos, serán la base de una buena toma de decisiones. Para ganar hay que arriesgar, gano y pierdo algo al mismo tiempo. Para tomar decisiones acertadas, primero tomé decisiones equivocadas....

ESTAR CONCENTRADO: Para que me vaya bien en la tarea que desarrolle debo “focalizarme” en ella. Alejar los pensamientos o preocupaciones internos que me pueden obstaculizar y “aislarme” del entorno. Sostener la concentración en los momentos claves parece ser una de las claves.

CONTROL DE PRESIONES Y MIEDOS: Todos tenemos presiones externas, auto-presiones internas, miedos a que las cosas no nos salgan como queremos, a perder lo ya logrado, a fracasar. Debemos desarrollar estrategias psicológicas para sobreponernos a los mismos. Ellos nos atan, nos frenan y nos impiden dar nuestro máximo potencial.

REACCION FRENTE A LA ADVERSIDAD: LA vida como el fútbol están plagados de obstáculos. Ayer jugando con amigos al fútbol, le decía a un ocasional rival “se nota que la peleaste mucho en la vida eh, uno juega como vive...”. Lo que me originó ese comentario fue una jugada donde perdió dos veces la pelota con el mismo rival y en el mismo instante la recuperó. Y lo que yo sabía es que se fue a España hace 17 años ,con una mano atrás y otra adelante, y hoy tiene 4 negocios y dirige 30 personas. Transformar las amenazas en oportunidades. De eso se trata.

SABER PERDER: Si yo quiero aprender a ganar, primero debo aprender a perder. El que es soberbio en la victoria no acepta la derrota, pone excusas. A veces dimos todo y el rival es mejor. No confundir triunfo con éxito ni derrota con fracaso.

TENER AUTOCRITICA: Es la base de todo, de nuestro crecimiento, de nuestra superación personal, de ser mejores personas o futbolistas.

El problema es creer que uno ya sabe todo, que no tiene nada para mejorar, que así está bien, que te gane la zona de comodidad.

En la Selección no había elogios , eso se le dejaba al entorno, había exigencia para ser cada día un poco mejor, ver que me falta para superarme.

COHESION GRUPAL-COMUNICACIÓN-LIDERAZGO: Buscar comunicarse con el otro, dentro o fuera del trabajo. Con la familia también. Saber integrarnos, dar para recibir, para no terminar como el protagonista del libro best seller de Fisher “ El Caballero de la Armadura Oxidada” , totalmente insensible a las emociones y sentimientos propios y ajenos. No se puede no comunicar, nunca lo olvidemos, a veces el canal es verbal y a veces es gestual. Y como decía el che Guevara “SOLOS, NO SOMOS NADA”.

LIC. MARCELO ROFFÉ