PSICOLOGIA DEL DEPORTE Y DEL EJERCICIO FISICO

Alvaro Sanabria Mora (*)

INTRODUCCION

La psicología es hoy por hoy una de las ciencias más ligadas al deporte y a su servicio.

El atleta no es solo un aparato fisiológico automatizado, un aparato anatómico en buenas condiciones o excepcionalmente elevados. Hay algo que está muy por encima de ellos, que define la actitud del atleta, el tipo de deporte al que se dedica, el deseo de superación, el impulso hacia la competencia y sus ansias de victoria. Este algo es el estado psicológico que debe conocerse y evaluarse ya sea del individuo o del grupo, para analizar su rendimiento y su capacidad competitiva. Por tanto debemos conocer los más íntimos secretos que guarda el atleta de alto o bajo nivel en su mente, que lo puede llevar hasta la más gloriosa de las victorias, o hasta la más cara de las derrotas, aun así sea el mejor de los mejores.

Si no hay equilibrio no hay rendimiento y es menester nuestro el conocer el comportamiento habitual y patológico del aspecto psicológico en ese individuo tan especial que se denomina "deportista".

PSICODINAMICA DE LA AGONISTICA

Para que exista DEPORTE, deben concurrir tres factores: Juego, Movimiento y Agonística (competencia).

JUEGO

Los conceptos metafóricos de la palabra juego, encierran profundidad y una mayor riqueza de contenido al conceptuado popularmente. Se ha definido el juego de la siguiente manera:

"En su aspecto esencial, el juego es una acción libre, que se ejecuta y siente como situada fuera de la vida corriente pero que puede sin embargo, absorber completamente al jugador, sin que obtenga provecho de ella; por otra parte, esa acción se ejecuta dentro de un espacio y tiempo determinados y se desarrolla según un orden y reglas en los que reina una propensión a rodearse de misterio y a disfrazarse, a fin de separarse del mundo habitual."

Esta noción nos aclara los siguientes conceptos:

- a) El juego es un acto voluntario. El juego por obligación deja de ser juego; por lo tanto jamás debe existir coacción.
- b) El juego es desinteresado; surge y se desenvuelve en un mundo al margen de lo habitual. No encierra satisfacción consciente de ninguna necesidad.

(*) Cuarto año de medicina (1984), Universidad de Costa Rica. Trabajo dirigido por el Dr. Carlos Zach Zannini, Cátedra de Psiquiatría, Hospital Nacional Psiquiátrico.

- c) No es la vida común y ordinaria; es un modo de aislarse en un ámbito de actividad con orientación propia.
- d) La limitación del juego en el espacio es más exacta que la temporal. Sea materialmente o en la imaginación, el jugador cierra su recinto. El empeño inconsciente de los atletas en el sentido de tornar su mundo ficticio independiente de los demás encuentra en esa delimitación espacial un poderoso aliado.
- e) Por último la cuestión del orden. Las reglas más o menos explícitas, la lógica que de ellas resulta, crean un orden absoluto.

En el juego encontramos los elementos y los efectos constitutivos de la belleza: equilibrio, compensación, contraste, relieve, variedad, unión, desunión. En el juego se suman dos de las condiciones más notables que el hombre pueda observar en las cosas y expresar: ¡RITMO y ARMONIA!

Tratemos de presentar las facetas en que el juego se impregna de consideraciones psicológicas. Lo que aparece importante a primera vista es la identificación de diversas actitudes mentales con diferentes variedades de juego; destreza, fuerza, gracia, etc., en una palabra existen comportamientos lúdicos variados que se caracterizan por la variedad, plasticidad, la adaptación y la libertad.

Otra característica del juego es su semejanza con la fantasía (en el niño, el juego mismo es la fantasía misma) y como tal constituye una forma de expresión y expansión de la personalidad.

El juego es un fenómeno fundamental de la evolución psíquica de la persona, instrumento potente de la maduración y de adaptación, una expresión del paso del aislamiento inconsciente a la relación social del Yo.

El juego puede ser funcional, al proporcionar una satisfacción por sí mismo a través de la eficiencia sensorial y motora. En el niño, el juego desempeña papeles variados, como demostración de aproximación e identificación con el adulto, de relación ilusoria con la realidad; además el niño encuentra en el juego una fuga que le permite una confrontación paradójica con el mundo: se cree libre y no queda frustrado por el contacto con el medio; crea una situación imaginaria que enfrenta altivamente y domina ayudándose así a soportar y superar la ansiedad de una situación existencial (Antonelli).

En el juego hay un valor simbólico, tanto en el niño como en el adulto, constituye un lenguaje expresivo, una forma de comunicación; por esta razón, el modo de actuar del atleta, sobre todo al tratar con el objeto, suministra muchísima información al psicólogo.

En el juego hay un valor simbólico que encierra un elemento esclarecedor y esencial: la repetición; esta permite la autoevaluación, la posibilidad de mejorar o no y proporciona los medios de descargar gradualmente la tensión, convirtiéndose en el mecanismo que da el índice de autorregulación, más o menos seguro, de la calidad de un estado atlético.

"El juego adopta una configuración estable como forma cultural", una vez realizado un juego, permanece en la memoria una creación, casi un tesoro espiritual, se transmite y puede repetirse en cualquier momento. La sorprendente coincidencia entre los juegos infantiles de regiones remotas habla con elocuencia de esta particularidad de las expresiones del juego de asumir y constituir una forma cultural.

El niño que se muda de una ciudad a otra y encuentra un juego conocido, se resiste siempre a las pequeñas modificaciones, a cualquier variante de la regla que conoce; quiere mantener su norma, su pauta de juego.

MOVIMIENTO

Al hablar de movimiento en el deporte estamos hablando de la fenomenología del automatismo motor y del sistema neuropsíquico.

Para conocer y evaluar la perfección del movimiento del atleta, asunto íntimamente ligado al desarrollo de la motricidad, se debe tener en cuenta el proceso de evolución del aprendizaje y de la habilidad motriz en los seres humanos.

La combinación del neuropsiquismo con la motricidad es lo que da la medida del patrón de rendimiento del deportista, dado que no se puede separar la agilidad motriz del sistema de reflejos nerviosos; ambos elementos se asocian y constituyen, en conjunto, el mayor o menor vigor del movimiento en el atleta.

El movimiento es un elemento vivo de la personalidad; el atleta debe mostrar el grado de interés y capacidad que revela en relación con este aspecto comportamental; la fuerza de la motivación que lo dirige y alimenta le dará significado, valor y finalidad. Sin este componente profundo (MOTIVACION), el movimiento pierde su valor psicológico y formativo para tornarse mera repetición motora, puramente instrumental sin asociarse a la más mínima participación afectiva.

La idea de movimiento implica pensamiento y acción; en términos populares podemos decir que el entrenamiento y la garra están dirigidos por la razón, por el pensamiento; así es como se construye la técnica; la automatización creará el estilo del deportista.

Sin embargo el atleta no es solo cerebro, nervios y motricidad, es principalmente sensibilidad y emoción; así pues, cuanto mayor sea el control emocional, más perfecta será la coordinación de la vida sensorial, neurológica y motriz, es decir el movimiento del deportista será de mejor aspecto cualitativo. De ese conjunto, de esa combinación fisiológica de nervios, reflejos y músculos, más los motivos psíquicos, nació una palabra nueva moderna en psicología: la

PSICOMOTRICIDAD

Se distinguen cuatro variedades de constitución motora, dos cuantitativas y dos cualitativas:

- 1) Basada en la mezcla de fuerza, la energía, la duración y en el mayor o menor debilitamiento de los impulsos motores: "fuerte, audaz, vigoroso, resistente (a los trabajos duros y pesados, a acciones instintivas como la marcha, etc.); débil, endeble, propenso al agotamiento".
- 2) Basada en la rapidez de traducción de los impulsos en actos y en la rapidez del desarrollo de todos los procesos motores: "veloz, rápido, ligero, solícito, pronto, lento, tardío, poco hábil".
- 3) Basada en la capacidad de aprehensión y de concepción de la fórmula de movimientos y la facultad de ejecución y automatización de los movimientos intencionales: hábil, diestro, preciso, exacto; inhábil, desmañado, impreciso.
- 4) Basada en la distribución de los impulsos, la regulación del tiempo y del ritmo de los movimientos, del andar, del desarrollo de los procesos motores tónico-reflexivos, automáticos, expresivos, la riqueza de movimientos asociados, etc.: acciones motrices principalmente instintivas, inconscientes, reflexivas y automáticas, ágil, rápido, ligero, flexible, elástico, elegante, gracioso, equilibrado; pesado, duro, rígido, torpe, sin gracia, desequilibrado, e inexpresivo.

La estructura motriz se usa de acuerdo con las exigencias psicológicas y conforme con el condicionamiento neurológico, pues el movimiento, ya sea intencional o involuntario, parte de una premisa neurológica que reúne fuerza, energía, ritmo, duración, coordinación, etc.

AGONISTICA

El término agonística nos parece más apropiado y más expresivo que las palabras lucha o competencia. Lo que se quiere definir como agonística es todo el impulso psicológico de luchar, toda la agresividad competitiva inconsciente. Sublimación de impulsos primitivos, evasión de componentes arcaicos, canalización de la agresividad, son sinónimos o más bien todos juntos constituyen en síntesis, la agonística.

Desde pequeños, comienza la confrontación o competencia del ser humano con sus semejantes. Esas experiencias competitivas se hacen con tal tenacidad y producen tanto placer al victorioso que llega a constituir un sentido de exigencia natural.

Existe una idea de mecanismo de compensación, la búsqueda de un certificado de valor, es el afán de victoria y de lucha que emana de capas profundas de la personalidad; evidentemente la lucha, aun sin victoria, será agradable, siempre que el élan de victoria sea el impulso inicial. Implícita queda la idea de que sin contienda no hay deporte.

La agonística no es solo lucha, es el amor a la lucha, es la saludable liberación de una sobrecarga agresiva, es por lo tanto más que lucha o competencia porque esas dos palabras no encierran el componente psicológico y por ende no tienen implicación catártica.

Y la catarsis contamina al espectador, como en el teatro; por otra parte, pocos espectáculos proporcionan la oportunidad de una catarsis colectiva como los grandes espectáculos deportivos de hoy, gracias a la identificación del espectador con el atleta.

Los factores que constituyen la agonística son los siguientes:

1.—Agresividad

No hay duda que hay una poderosa influencia de fuerzas no conscientes que actúan en la competencia deportiva.

Pocas actividades requieren una participación total del ego, como la del atleta, tal vez porque en él, una fuerza irracional, normalmente destructora como la agresividad, desempeña un papel dominante.

Según los biólogos, la agresividad es la propensión a atacar a otro de la misma especie o de otra diferente. Está ligada al instinto de conservación y da cuerpo a la llamada lucha del más fuerte; es el comportamiento cotidiano de los animales en su lucha por el espacio y por llenar otras necesidades.

La agresión es innata y adquirida. Depende del enervamiento de la irritabilidad, de las glándulas, del ritmo con el que el cerebro reacciona eléctricamente, pero puede ser ejercitada, condicionada y aumentada por sustancias químicas.

El hombre es relativamente combativo; así un pequeño estímulo basta para desencadenar sus fuerzas agresivas. La agresividad varía con el sexo y la edad.

Desde el punto de vista cultural, la agresividad ofrece observaciones curiosas: basta comparar la civilización romana con la hebrea, en la época del nacimiento de Jesucristo. En la raíz de los comportamientos agresivos están

los motivos psicológicos; figuran entre los más citados la frustración y el miedo. Entre los motivos psicológicos, también se da la agresión sublimada, lealtad a un valor, a un ideal, a la patria, etc.

El éxito en casi todas las competencias deportivas exige una actitud y un comportamiento de alto nivel agresivo. También en la dinámica de la agónica se incluye el sentimiento de culpa, dado que la agresión y la culpabilidad están siempre juntas.

2.—Tensión

La necesidad de descargar energía acumulada es en el atleta, fuerte estimulante de la actividad creadora. Como el atleta es un ser extremadamente sensible, cuando no inseguro, se inquieta y se emociona fácilmente y quien dice carga emocional dice carga muscular o tonicidad vital elevada. Por tanto el atleta vive en estado de tensión, o al borde de la situación conflictiva.

Este elemento se encuentra en todas las manifestaciones del juego y de la lucha. Tal emoción emana de la tensión, es decir de la tendencia a conseguir algo —una distensión— basada en la probabilidad o la improbabilidad, que asume la forma de un esfuerzo que puede ser de especies sumamente variados.

"La tensión pone a prueba la fuerza del atleta; su fuerza física y moral, su espíritu combativo, su habilidad, su ingenio, su valor su espíritu de perseverancia, en definitiva, pone a prueba y revela su carácter. Es por consiguiente un elemento que da al juego un cierto contenido ético."

3.—Sobrecompensación

La actividad deportiva es un medio de afirmación social y de prestigio personal; significa una realización, pues en muchos casos, esa afirmación se destina a compensar una deficiencia, un sentimiento de inferioridad. Es un mecanismo psicológico de carácter reparador, por la compensación material y por la elevación de su estatus social. Evidentemente, no significa que se considere que el deporte es un vivero de inadaptados y neuróticos. La actividad deportiva es una profilaxis y constituye un excelente recurso para mantener o restablecer el equilibrio psíquico, toda vez que a través de la creación en la arena deportiva, el atleta hace su propia terapia.

Existen por tanto tres tipos de sobrecompensación:

- a) La sobrecompensación complemento de actividad: es decir aquella en que el deporte suministra en alguna forma, contrapesos y antídotos a los efectos de una civilización marcada por la división del trabajo, la especialización, etc.
- b) La sobrecompensación por superación: específica de los casos de deficiencia de orden corporal o psíquico.
- c) La sobrecompensación-sustitución: que puede explicarse más o menos así: "el individuo se ve privado de satisfacción o éxito en una actividad determinada, se dirige entonces al deporte a fin de hallar en él una satisfacción sustitutiva."

4.—Exhibicionismo

Constituye el exhibicionismo otro componente muy importante de la dinámica agónica. Todo individuo cuya actividad consista en mostrarse en público tiene en sí mismo, o adquiere, con las sucesivas demostraciones, una necesidad exhibicionista permanente. Por debajo está, obviamente, el narcisismo.

Esta estructura binaria de exhibicionismo-narcisismo aproxima al atleta al actor, cada uno sublima su narcisismo en creatividad artística, en esteticismo. El atleta es profundamente sensible, emotivo, sugestionable; valoriza al extremo la influencia del pensamiento mágico.

Es innegable la importancia del exhibicionismo en la dinámica del atleta; que tiene un fondo erótico. Nadie se exhibe si no es en busca de aplauso, de admiración y reconocimiento por parte del sexo opuesto.

El exhibicionismo es la mejor forma de autovalorizarse; el del atleta es una manifestación secundaria, es el desplazamiento del narcisismo hacia la creatividad motora; el deseo universal de atraer la atención, implícito por otra parte en toda especie animal. Por medio de la exhibición el atleta de cualquier sexo solidifica y amplía la imagen del cuerpo o esquema corporal, permitiéndole la integración entre cuerpo y espíritu.

5.—Motivación

En sentido amplio, en deporte la motivación es la suma de todos los elementos de la agonística.

Como motivaciones del deportista se pueden destacar:

- a) La necesidad de sensaciones, o sea el placer que la actividad provoca en el ser humano, especie de comportamiento infantil, de juego que perdura en el ser humano, durante toda la vida.
- b) El interés por competir, esto es, la manifestación ostensiva de la necesidad de afirmación para obtener estima y reconocimiento. Para el atleta es una forma de verificar la actualización de su potencial.
- c) La necesidad de afiliación, de incorporarse al medio social, mediante la demostración de fuerza y habilidad motora.
- d) La dificultad de afirmación en un nivel superior.
- e) La necesidad de evasión en los deportes como forma de exploración e integración en la vasta naturaleza.
- f) El papel del cuerpo como situación motivante.
- g) La independencia económica, posible en los deportes profesionalizados.

Por lo tanto se comprueba que las motivaciones son de naturaleza y origen diverso, que responden a múltiples aspectos de la personalidad y satisfacen complejas experiencias desde el campo social hasta el individual, mereciendo destacarse en éste, en forma especial, las cargas afectivas y los mecanismos motores.

Deben considerarse los acontecimientos de la infancia y los factores caracterológicos; también el contexto económico y el mundo de las experiencias individuales encierran elementos de ponderación.

ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL DEPORTE

HISTORIA

Las civilizaciones antiguas, de base rural, celebraban siempre sus acontecimientos máximos —la siembra y la cosecha— con fiestas de varios órdenes.

Las danzas, los festines, las orgías dionisiacas, el teatro y las competencias deportivas, constituían entre otras, las solemnidades de reverencia a la naturaleza. Por lo tanto la vida cultural de los pueblos antiguos presentaba como riqueza folclórica, un fundamento lúdico (juego) agonal.

Aún hoy, en todo el mundo, el sucederse de las estaciones, siempre vinculado a la siembra y a la cosecha, al nacimiento y a la muerte, sigue siendo un hecho místico, al cual una forma de juego deportivo presta la más valiosa, vistosa y respetuosa de las celebraciones.

En los antiguos sepulcros egipcios, se halla el testimonio del amor a los deportes; allí están grabados el tiro con arco, la lucha, la esgrima y la natación.

GRECIA

El país que más dignificó y enaltecó el deporte, los helenos constituyeron un verdadero culto al deporte. A pesar de su grandiosidad, el acontecimiento que eternizaría el deporte se desarrolló en otro lugar: Olimpia.

Fue en el año 776 A.C., cuando se realizó la primera Olimpiada, en homenaje a Zeus, todas las actividades se suspendían en esa ocasión; hasta las guerras cesaban; era la Tregua Sagrada.

Triunfar en una competencia olímpica era la mayor aspiración del joven griego. Al término del certamen, el joven victorioso recibía una corona de laureles y la palma mientras oía proclamar por un heraldo el nombre de su padre y de su Patria. Era la gloria.

Después el campeón era mantenido por el Estado y recibía grandes remuneraciones durante toda su vida y no pagaba impuestos. En el teatro ocupaba un lugar de honor y recibía abultadas rentas del municipio.

Toda la legislación griega está impregnada de deporte. Platón en sus Leyes y en la República; Aristóteles en su Política, reglamentaban las normas para los ejercicios físicos, dado que destinan a la formación integral del hombre.

Es innegable el hecho de que en Grecia, el deporte tenía un sentido pragmático, tal vez discutible en nuestros días: se destinaba a la preparación para la guerra; todos los ejercicios como la carrera, el salto largo, el lanzamiento del disco y la jabalina, la lucha, el pugilato, el pancracio eran utilísimos para las batallas. Pero en Grecia iba a producirse otra unión: el de la Palestra con el gimnasio; la primera local municipal, el segundo estatal. Con el tiempo la palestra fue absorbida por el gimnasio, fundiéndose con él.

Ocurrieron cosas interesantes: se produjeron encuentros de atletas con grupos de curiosos; allí mientras observaban a los atletas conversaban y discutían de política o de filosofía. En consecuencia los atletas se tornaron conversadores, diletantes y los gimnasios como local de tertulias y divagaciones, ya renunciaban los futuros cafés. En este período los atletas debían ser de buena cuna, la calificación del competidor en los juegos olímpicos era étnica, social, moral y técnica.

Platón fue el gran atleta. Fue el símbolo y la expresión de ese milagro del equilibrio griego: el deporte y la filosofía. El gimnasio fue la cuna y la cátedra de la filosofía helénica.

ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL DEPORTE CONTEMPORANEO

Dos grandes corrientes dominan el deporte de nuestros días: el espectáculo y la competición olímpica. El primero enteramente dominado por el profesionalismo, viene desvirtuando mucho la pureza del deporte.

El profesionalismo ha agravado otro problema: la inmadurez de las masas de espectadores, la pasión exaltada, patológica a veces, causa catástrofes que dejan paralizado al mundo.

El espectáculo primitivo tenía una dimensión religiosa, lúdico, agonial; el deporte contemporáneo es agonístico estético. Antes el atleta competía contra otro atleta, no contra el tiempo ni contra el espacio; no se cronometraba nada ni existía la preocupación por los registros.

El mercantilismo profesional ha traído elementos extraños y casi siempre, deletéreos para el deporte, como la explotación comercial.

Para las grandes masas el deporte actual es solamente un espectáculo; como obvio resultado, el deporte espectáculo ha conquistado millones de apasionados adeptos, capaces de una adoración irracional y de un fervor casi religioso.

Merece destacarse otro elemento integrante de la estructura psicosocial del deporte: el carisma deportivo.

Los récords sumamente elevados preparan el terreno a las admiraciones pasionales de seres cuyas exhibiciones y capacidades sobrepasan los límites comunes de la energía humana. El campeón se convierte en una semidivinidad, en un mito. Como es obvio, la satisfacción emocional que los atletas proporcionan a esas masas, facilitan los mecanismos de identificación y proyección y la catarsis colectiva.

La masa desorientada, interiormente desierta, necesita delirios ruidosos, figuras sobrehumanas, mitos tal vez para compensar la inferiorización que siente ante el poder arrasador del progreso técnico de nuestro siglo.

OTROS ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL DEPORTE

El deporte es un fenómeno social, tiene toda una serie de motivaciones individuales, pero solo el juego (ludus) tiene carácter personal de realización, en lo demás es sobre todo un hecho social; si se quiere puede ser hasta sociológico.

- a) Toda actividad deportiva, puesto que sigue normas implica una aceptación de pautas sociales, o sea, la afirmación del concepto de grupo.
- b) Toda actividad deportiva, trae el concepto de equipo, de grupo para el cual existe la posibilidad de determinar una socialización.
- c) Toda actividad deportiva determina el paso de una energía psíquica que permanece en el nivel narcisista.
- d) Toda actividad agonística trae consigo una evaluación de la percepción de riesgo, es decir, una percepción de una situación peligrosa en un sentido social y no personal.

ASPECTOS PATOLOGICOS EN EL DEPORTE

El deportista es un ser emotivo y sensible; por otra parte la necesidad agonística implica la descarga de varios factores de tensión, sean cuales fueren sus nombres.

Así el deportista tiene ante sí una senda que se bifurca: el camino de la gloria y el del bloqueo, posible este último cuando la descarga de tensiones halla alguna traba.

El impulso psicológico para el deporte proviene de la necesidad de asumir una actitud agresiva y de vivir una situación agonística para compensar casi siempre inconscientemente, un sentimiento de insuficiencia vital o de capacidad reaccional no satisfactoria.

Si se trata de una mera perturbación existencial, la actividad deportiva puede restaurar el equilibrio psíquico. Pero un aumento cuantitativo o cualitativo de la perturbación existencial sólo puede reencontrar el equilibrio en la victoria.

Se divide la psicopatología en dos categorías: la específica y la no específica.

PSICOPATOLOGIA ESPECIFICA DEL DEPORTE

Comprende cuatro síndromes agrupados en dos especies: el miedo al fracaso y el miedo al éxito o nikefobia.

1.—Síndromes de miedo al fracaso.

a) Síndrome preagonístico: perturbación psíquica del tipo de la reacción psicógena ansiosa: el individuo siente la garra, el élan del combate una semana antes, con una intensidad que va aumentando paulatinamente hasta

alcanzar el máximo en el día de la porfía, pero que se desvanece muchas veces de repente, al iniciarse la competencia. Características secundarias de este síndrome son la perturbación ideativa y la tendencia neurasténica, basada generalmente en una perturbación distónica neurovegetativa.

b) Síndrome del campeón: desvío patológico del carácter, es decir manifestación psíquica progresivamente envolvente, determinada en forma psicogenéticamente comprensible y lógica por los elementos de la personalidad y por las circunstancias ambientales. Es una caracteropatía del tipo del "desarrollo psicopático". El deportista tiene una acentuada disposición para el agonismo, la agresividad, la autovalorización, sin la cual no podría explotar su natural disposición física y uniendo una a la otra, hacerse campeón. Con la ayuda de las circunstancias ambientales, esas tendencias se desarrollan y pueden asumir un papel de primera importancia en la vida psíquica, influyendo cada vez más la idealización y el comportamiento del deportista. En esa forma, éste asume actitudes de superioridad audacia, hipervalorización de sí mismo, megalomanía, fanatismo; se siente estrella.

II.—Síndromes de miedo al éxito "nikefobia".

Tal vez parezca raro que un atleta que se lanza a la pugna agonística tema a la victoria. Pero este fenómeno ocurre y hay una explicación y una cura en términos psicodinámicos. En este síndrome aparecen:

a) Depresión del éxito: se trata de una depresión paradójica, que a veces sigue a la obtención de un éxito. Ocurre en los casos en que el atleta en cuanto conquista un título más o menos inesperado e importante, experimenta una inexplicable caída de forma y de humor que lo lleva a experimentar una extraña sensación que abandonan la escena deportiva y a no ocupar más la situación excepcional y de superioridad que le correspondería; un acentuado sentimiento de inseguridad le hace temer inconscientemente la responsabilidad ligada a la obtención del éxito.

b) Inhibición para el éxito: la base de esta perturbación reside en sentimientos latentes de culpa que exigen, por mecanismo psicodinámico, un proceso de autopunción catártica. Se trata de una compleja situación psíquica en la cual el éxito se considera no sólo como premio inmerecido, sino como símbolos de la realización de pecaminosos deseos inconscientes, temidos y frustrados por el Superyó.

PSICOPATOLOGIA NO ESPECIFICA DEL DEPORTE

En este rubro se clasifican todas las manifestaciones psicopatológicas que no dependen directamente del deporte pero que pueden estar directamente vinculadas a la agonística. Ya se sabe que la actividad deportiva puede perturbar aun a personas sanas. Si por azar un determinado atleta con alteraciones preexistentes enfrenta situaciones tendientes a crear situaciones patológicas, es obvio que el deporte puede representar el vehículo a través del cual la perturbación preexistente en la personalidad se manifiesta con toda evidencia.

Clasificación esquemática de posibles neurosis inespecíficas que pueden darse en el atleta:

1. Psiconeurosis ansiosa.
2. Psiconeurosis histérica.
3. Psiconeurosis profesional.
4. Neurosis postraumática.
5. Neurosis residual.

6. Neurosis de indemnización.
7. Neurosis hipertensiva.
8. Tendencia al accidente.
9. Tendencia a la fatiga.

CONCLUSIONES

Es básico y fundamental el conocimiento que se deriva del material impreso en las páginas anteriores de este estudio psicológico del deportista. Pero aún más debemos pensar que son patrones establecidos previamente, que varían con las condiciones de cada atleta, de cada ciudad, de cada país y de cada raza inclusive.

Nuestro país es de una idiosincrasia respecto al deporte que se caracteriza por considerar al deportista como un ser excepcional, pero solo que a un nivel más bajo que el propio. Entonces la agonística se extiende más allá del enfrentamiento deportivo y llega al enfrentamiento psicológico con la sociedad que lo envuelve y que lo castiga a base de menosprecio e indiferencia. Y el atleta es capaz de soportarlo (sobre todo el no profesional) porque su personalidad le exige satisfacción propia.

BIBLIOGRAFIA

- Ribeiro da Silva, A. **"Psicología del Deporte y Preparación del Deportista"**, Editorial Kapeluz, Buenos Aires, 1974.
- Morehous, L.E. et al. **"Máxima Performance"**, Editorial Cosmos, España, 1977.
- Creff, A.F. y Bérard, I. : **"Deporte y Alimentación"**, Editorial Hispano-europea, Barcelona, 1982.