

El Judo en el desarrollo de la personalidad y en el tratamiento de los complejos de inferioridad y agresividad del niño y del adulto

DR. J. VENTURA.

Resumimos nuestra experiencia en los casos vistos desde 1951 en que se inicia el Judo en Barcelona hasta la actualidad; han recibido conjuntamente enseñanzas de esta modalidad deportiva unos 2.600 adultos.

En 1954 se inician las clases infantiles a las que han asistido unos 900 niños de 6 a 15 años. En ambos grupos las clases se han limitado a varones.

Hemos podido comprobar en conjunto 76 casos de complejos de inferioridad más o menos manifestado y en los que podemos dividir dos grupos:

1.º Grupo minoritario de 21 casos con causas puramente psicomáticas y

2.º Con 51 casos con causas físicas, en el que hay insuficiencias de desarrollo, cortos de talla, macrocefálicos, lateraciones parciales de maxilares, cara o de extremidades y trastornos endocrinos.

El desglose por edades es de 28 casos totales en niños de los que 8 tenían deficiencias psíquicas y 20 de tipo físico, mientras que en los adultos de 48 casos hay 14 que corresponden al primer grupo y 34 al segundo.

En la mayoría, la edad oscila entre los 12 a 20 años; mucho menos frecuente de 20 a 30 y sólo dos casos por encima de ella.

Los resultados logrados han sido muy satisfactorios en casi todos los casos y muy especialmente en los que con asiduidad y constancia han ido asistiendo a las clases, siendo los éxitos directamente proporcionales a la categoría técnica

y al color del cinturón logrado después de los exámenes correspondientes.

Es especialmente remarcable los casos que por deficiencias de talla o deformidades eran frecuente objeto de burlas en el colegio o con amigos y a las que no se atrevían a responder. desarrollando su complejo de inferioridad, que cede paulatinamente al convencerse de que con una técnica adquirida con la práctica pueden compensar sobradamente su desproporción física. En la actualidad continúan practicando alumnos que habiéndose iniciado hace años con problemas psicológicos, se han olvidado de los mismos, luchando con individuos físicamente muy superiores, pero que por diferencia técnica resultan inesperadamente vencidos.

Si bien todos los deportes pueden tener una influencia favorable, es evidente que en los casos que comentamos el mejor resultado se logra con los deportes de lucha y dentro de este grupo el judo es el más recomendable, desaconsejando el boxeo por su peligrosidad y por las deformaciones que produce especialmente en la cara.

Como oponiéndose a los casos anteriores, hemos recogido seis casos de temperamento bastante agresivo, con frecuentes peleas y riñas al menor motivo. Con la formación deportiva han ido limitando su agresividad, educándola para la competición y evitándola fuera de ella. lle-

gando a ser excelentes deportistas; dos de ellos muy especialmente han ocupado un lugar destacado llegando además a cinturones negros, a campeones regionales y nacionales durante varios años.

En todos los casos y teniendo en cuenta las posibilidades de ataques y lesión que se puede producir a un contrario, el deportista judoka evita la pelea, actuando con corrección incluso en los casos en que es provocado, reservando su reacción para último extremo y más bien como defensa. No en vano se sigue la norma milenaria de este deporte que dice: La corrección es la principal norma del judo.



Durante los años que llevamos practicándolo tenemos innumerables pruebas de la caballerosidad con la que sus practicantes se desenvuelven y hay muchas anécdotas de «cinturones negros» que en accidentes automovilistas, lugares públicos y circunstancias diversas han sido objeto de insultos, discusiones e incluso agresiones, comportándose siempre con máxima corrección evitando la mayor parte de veces la pelea y limitándose al mínimo reaccionar en los otros casos. Ello se debe a que este deporte es fuente psicológica de aplicación constante y su práctica desarrolla una gran serenidad y rapidez de reflejos.

El judoka experimentado sabe que tiene muchos medios de defensa y ataque con los que puede dominar a un adversario; ello le da una

tranquilidad reaccional que le predispone a la calma. Por otro lado, si en una disputa se porta adecuadamente, con cierta humildad y desvaloriza el conflicto, generalmente éste no se producirá. Si el oponente es un incorrecto que inicia el ataque, la fulminante y eficiente reacción que la práctica y la técnica nos da, producirá unos efectos traumáticos que sumados al shock psicológico por reacción inesperada o imprevista, le dejará vencido, ridiculizado o inútil para luchar.

Queremos insistir en que si toda la educación física es altamente recomendable para el desarrollo de la personalidad, pocos deportes como el judo son tan indicados para llegar a adquirir un auténtico espíritu deportivo con repercusiones en todas las actividades del hombre moderno. El agonismo está presente en todos los aspectos de la vida humana y el afán o amor por la lucha debe desarrollarse no sólo en el aspecto deportivo, sino también en el laboral, social, familiar, etc., y no cabe duda que la práctica de este deporte de combate nos endurecerá, desarrollará, aumentará la velocidad de reacción, el equilibrio, los reflejos y mejorará las diversas reacciones psicológicas, constantes forjadoras de la personalidad, sumando a la caracterología genética las de desarrollo en su integración al mundo circundante.

Disminuye también el sentido de inquietud e inseguridad que el hombre lleva de un modo inconsciente y que a veces puede abocarle, según su evolución, a los estados de neurosis.

A medida que se profundiza en la técnica de este deporte se incrementa la valoración de sus propias posibilidades, independientemente de su constitución física, efectuando una constante progresión que le permite solventar de una manera u otra dificultades bajo el signo del mutuo respeto y de la más exquisita corrección con las que el judoka es capaz de practicar o competir en busca del triunfo, dentro de un perfecto equilibrio, canalizando el impulso agonístico en una lucha noble sin recurrir a medios peligrosos que, aunque conocidos, no emplea, evolucionando dentro de un ambiente de corrección y respeto tradicional que casi podríamos llamar ceremonial, que le produce una gran confianza en sí mismo y le permite visualizar la vida bajo unos aspectos más amplios y más justos.

Su práctica puede influir favorablemente en el desarrollo de la personalidad en todas las edades. Es especialmente importante su acción en la juvenil, facilitando el paso del aislamiento egocéntrico de los primeros años de la vida de relación social con su mundo circundante, en la que el tránsito niño-hombre está sujeto a una evolución con variantes importantísimas en

las que el deseo de libertad, así como el de crearse una personalidad propia social a independencia de la familiar, de la que, recién salido, quiere prematuramente emanciparse, rebelándose con mayor o menor intensidad contra las pesadas imposiciones educativas escolares y familiares pudiendo adentrarse en un inconformismo peligroso contra el cual la práctica de un deporte como el judo puede ser un eficiente valladar.

Nuestra especialización en cardiología nos ha situado muchas veces ante pacientes psicomáticos en cuya etiología jugaban papel importante los factores psicológicos. Creemos que entre los practicantes de este deporte se da un fenómeno hasta cierto punto inverso. Es decir, que por

la práctica de esta modalidad deportiva se modifica favorablemente la personalidad. Esta afirmación nuestra está en la línea de los investigadores rusos DOUBROW y TCHERNIKOWA, destacados por sus publicaciones recientes sobre la fisiología de las emociones, afirmando que las cuatro cualidades que caracterizan a los buenos alumnos de educación física son: el coraje, la decisión, la iniciativa y la disciplina, considerando a todas ellas como manifestaciones de la voluntad. La gran función del educador sería hacer consciente esta voluntad, disciplinando movimientos sin disminuir eficacia. Sería un camino a seguir para un mejor desarrollo de los sentimientos morales.

b à l s a m o

MIDALGAN®

PRESENTACION

Tubo de 40 g

FORMULA

Nicotinato de metilo	1,5 g
Salicilato de glicol	5,00 g
Histamina biclorhidrato	0,10 g
Mefenesina	10,00 g
Capsicina	0,10 g
Excipiente c. s. p.	100 g

CON MEFENESINA

**MASAJE MEDICO-DEPORTIVO
RECUPERACION FUNCIONAL
DOLORES MUSCULARES**

MIDY

LABORATORIOS MIDY, S. A. - Ecuador, 6 - Barcelona-15

1710

KADOL[®]

MIDY POMADA

una novedad en el campo

ANTI-INFLAMATORIO

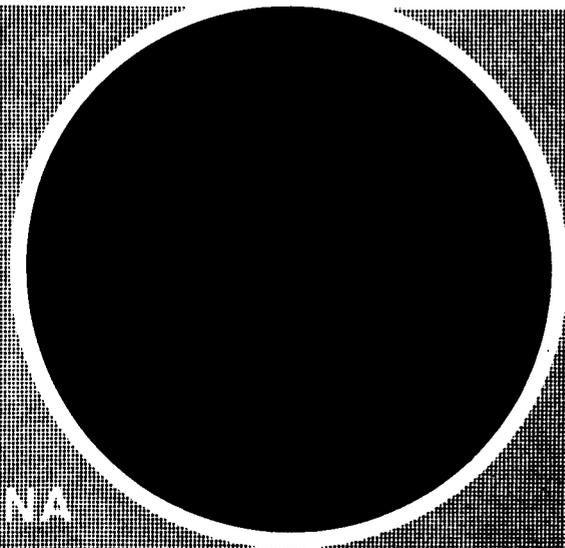
PERIFLEBITIS
CONTUSIONES
EDEMAS INFLAMATORIOS
ESGUINCES

asociación de α -QUIMOTRIPSINA + FENILBUTAZONA

por su acción FIBRINOLITICA

PERFECTA DIFUSION

Potencialización del
Poder Anti-Inflamatorio
de la FENILBUTAZONA
por la α -QUIMOTRIPSINA



LABORATORIOS MIDY, S.A - Ecuador, 6 - Barcelona - 15

