

Introducción al Estudio Psicológico de la Dinámica del Grupo Deportivo^(*)

DR. J. FERRER-HOMBRVELLA (†).

Desde los inicios de publicación de APUNTES, JOSE FERRER HOMBRVELLA estuvo vinculado a ella en su Comité Científico. Su inquietud por los temas médico-deportivos en relación con su especialidad profesional, ha quedado reflejada en numerosos trabajos que la revista hizo suyos. Con su muerte nosotros perdemos un gran amigo y APUNTES uno de sus más prestigiosos colaboradores.

Creemos que el mejor recuerdo que desde estas páginas pueda hacerse al compañero que nos ha dado el adiós definitivo, es la reimpresión de uno de sus trabajos ya publicados, pero que con su muerte adquiere ahora un especial significado.

Las crónicas deportivas registran, frecuentemente, el caso de atletas que han modificado radicalmente su rendimiento standard al cambiar de club. Las justificaciones que se dan a tal fenómeno son diversas pero raramente incluyen el verdadero motivo, que está constituido por el grado diferente de inserción del atleta en el nuevo grupo.

En el campo del deporte, la psicología de la dinámica del grupo es de importancia similar —y quizás aun mayor— a la de la psicología del individuo.

Este argumento no ha sido sometido a estudios adecuados hasta ahora, por lo tanto, no pudiendo reclamar precedencia otras experiencias científicas, la presente ponencia intenta solamente introducir al estudio, limitándose a precisar algunos conceptos básicos, que desearíamos fueran seguidos de estudios más profundos por otros autores.

A) EL GRUPO DEPORTIVO

El grupo es algo más que la simple suma de los individuos que lo componen (Lewin).

En efecto, cuando un individuo se encuentra junto con otros individuos, se siente en relación con ellos, pero por lo menos tiene dos formas de «sentirse en relación» (Quadrio): una primera, viene dada por el contacto personal con otros sujetos que componen la pluralidad definida del grupo (relaciones interpersonales y sociales) y una segunda consiste en el sentimiento de pertenencia a una entidad superindividual (que se podría definir, espíritu de grupo o de bandera). Por esta segunda forma, el concepto de grupo es diferente, en psicología, del análogo concepto sociológico, en cuya base, para que exista grupo, es suficiente un conjunto de individuos que tienen un fin común.

El grupo deportivo es una entidad psicológica porque en él domina, regularmente, aquel sentimiento de entidad superindividual que es el equipo (Team), la sociedad, o los colores que se representan.

(*) Comunicación presentada en el II Congreso Internacional de Psicodrama, Dinámica de Grupos y Psicoterapia de Grupo. (Barna., septiembre 1966) y publicado en "Ap. Med. Dep.", vol. III, n.º 11, 1966.

B) TRES NIVELES DE ESTUDIO DE LA DINAMICA DEL GRUPO DEPORTIVO

La dinámica del grupo deportivo sólo teniendo en cuenta las diferencias sustanciales que caracterizan los varios tipos de grupos deportivos: el escolar, el aficionado (amateur) y el profesional.

I. — EL «GRUPO» EN EL DEPORTE ESCOLAR

El hombre tiende espontáneamente a agruparse, porque encuentra en el apoyo de los demás y en la guía de un jefe de grupo, un motivo de seguridad que ya experimentó favorablemente durante la fase infantil de absoluta dependencia de las figuras de sus padres y de las relaciones con sus hermanos. Pasando de un grupo familiar a un grupo extrafamiliar, como por ejemplo, el escolar, el niño, pierde la seguridad y puede encontrarla sólo después de una fase de ajuste o adaptación. Esta primera experiencia de inseguridad, determinada por el despegue de un grupo, se repite en cada primer encuentro del individuo con cualquier sucesivo tipo de grupo, sin exclusión de los deportivos. La mayor o menor rapidez con la que el sujeto consigue superar la fase inicial de incomodidad o desagrado y de desadaptación y a conseguir un nuevo y satisfaciente nivel de seguridad, se debe en parte al grado de madurez psicológica del propio individuo, y en parte a las condiciones ambientales que hacen al grupo objetivamente al menos dispuesto o contento de acoger al recién llegado, pero en parte aun mayor, a la cualidad del *leader*.

El término *leader* es quizá impropio, porque tiene una filiación de tipo autoritario y por este motivo no se adapta a las personas que tratan grupos «centrados sobre el grupo» (sentido de equipo), es decir con acción no directiva. En el campo deportivo, quien dirige el grupo es el «dirigente», mientras que el entrenador es, más que otra cosa, el «conductor». Este término, propuesto por *Foulkness* (conductor), da una idea mejor de la conducción no directiva, aunque sí catalizadora, del grupo, pero aun no ha entrado en uso y por lo tanto continuaremos prefiriendo el término de *leader*, que en el campo deportivo equivale a *entrenador*.

La figura del *leader* es indispensable para todo grupo y es en torno a esa figura donde se funden los varios elementos de la pluralidad, y a su alrededor donde el grupo realiza una propia unidad, consistente en una constelación de relaciones interpersonales entre el *leader*, por una parte, y por otra todos los restantes miembros del grupo.

A nivel escolar el deporte es sobre todo educativo, formativo, y en sentido psicoclínico, profiláctico contra la aparición de formas neuróticas.

Desde el punto de vista de la psicología dinámica, la edad escolar coincide con la formación del super-yo, elemento inconsciente de auto-control y de defensa ético-social. El super-yo es una emanación de la figura paterna, en cuanto consiste en un complejo de sentimientos y de deberes aprendidos del ejemplo del padre. La neurosis está determinada por el conflicto entre el yo y el super-yo, conflicto que se instaura cuando la figura paterna es vivida de manera falseada y por ello la formación del super-yo constituye un acontecimiento desagradable con sufrimiento.

La educación lleva consigo siempre un rigor que provoca en el joven sentimientos de hostilidad contra las figuras paternas. Pero sólo raramente esta hostilidad es tan intensa como para provocar un bloqueo del desarrollo afectivo y por ello la neurosis. Generalmente esta carga agresiva encuentra un favorable desahogo en la actividad extrafamiliar, entre las cuales el deporte es la más ventajosa, porque conserva algunos elementos de la estructura familiar que es habitual pero hostil al muchacho, como a menudo lo es también la escolar.

El deporte favorece la descarga catártica de las cargas agresivas del muchacho —tanto aquellas dependientes de su naturaleza humana, como las provocadas por la dureza del observar los deberes familiares y escolares—, y al mismo tiempo entrena al propio muchacho para disfrutar esa energía de modo ventajoso para su economía psíquica, pero ello dentro de los límites y reglas que garantizan el entrenamiento también a la observación de los demás dirigidos.

Es por ello que el deporte tiene un valor psico-pedagógico de gran importancia: no sólo educa a la voluntad, a la disciplina, al auto-control, al coraje, sino que al mismo tiempo se hace amar y agrada, constituyendo así un verdadero medio espontáneo y natural de educación.

El carácter pedagógico del deporte a nivel escolar impone al grupo una bien precisa fisonomía asignando al *leader* el papel, comprometido y a menudo determinante, de educador y de psicólogo, además del de técnico deportivo.

La dinámica del grupo deportivo en la escuela se sobrepone en parte a la del grupo escolar, bien visto por los psicólogos y por los pedagogos, teniendo además un clima de distensión y de satisfacción que todo individuo singular deriva del hecho de haber entrado en aquel grupo deportivo por un acto de libre elec-

ción y de grata autodeterminación: esto hace más agradable el seguir las sugerencias del *leader* y por ello es más comprometida su responsabilidad.

II.— EL «GRUPO» EN EL DEPORTE AFICIONADO

En este tipo de deporte el individuo busca y obtiene solamente una liberación catártica de sus impulsos agresivos frustrados por el ambiente. La actividad agonística de tipo aficionado (amateur) excluye la aceptación pasiva apriorística de un *leader* impuesto, necesitando de un *leader* en cuya elección el propio individuo se sienta participe. El «capitán» sustituye al entrenador y tiene una autoridad prácticamente «elegida» (para usar un término democrático) basada en alguna cualidad específica humana o técnica, que se aprecia especialmente (sino exclusivamente) sólo en el campo del deporte.

Este grupo deportivo no tiene una dinámica psicológicamente interesante o problemática; siendo un grupo inconstante, mutable, dominado por los arribistas de la provisionalidad y de la extraprofesionalidad. Los aficionados hacen el propio deporte y sólo por juego, y a menudo toman todo, reglas y *leader* comprendido, poco en serio, con flexibilidad, sino con una franca suficiencia. El *leader* tiene aquí poca autoridad y por lo tanto poca responsabilidad.

III.— EL «GRUPO» EN EL DEPORTE PROFESIONAL

A este nivel el deporte es trabajo, el grupo está organizado en términos administrativos, la disciplina se impone como necesaria y bien aceptada porque es intuita como indispensable el rendimiento atlético y al beneficio económico particular del individuo. Este grupo es más laboral que deportivo, y está caracterizado por problemas existenciales frecuentemente de notable entidad, por lo cual puede convertirse en un grupo de individuos psicológicamente delicados y necesitados de adecuada asistencia. De tales consideraciones deriva que la misión del *leader* en este grupo es una tarea técnica pero sobre todo psicoterápica. Un claro ejemplo de esto se encuentra en la delicada conducción de un grupo de atletas profesionales reunidos en «entrenamiento colectivo» (término psicológicamente preferido al de «retiro colegial») en la vigilia de competiciones particularmente severas. Sin embargo, no pudiéndose trazar reglas fijas a seguir, se pueden indicar algunas normas básicas:

— Ningún atleta debe ser dejado sólo con problemas no revelados. Se deberá intentar en-

trar en contacto con todos los miembros del grupo y dedicar particular atención a aquellos que se muestran más deprimidos o desadaptados, «también» si con seguridad son reservas; en realidad la depresión y el eretismo nervioso son en éste tanto más contagioso. En el retiro no se tiene tiempo para hacer psicoterapia a todos, pero no debe descuidarse a aquel atleta que particularmente da muestras evidentes de introversión o de irritabilidad. Una descarga de la tensión emotiva, obtenible haciendo hablar al sujeto en un clima adecuado de confianza y de reserva, puede proporcionar óptimos efectos.

— La prensa deportiva, que habla de los atletas en retiro y de su próxima prestación, debe poder llegar con la máxima libertad, pero debe ser oportunamente y «alegremente» redimensionada, sometiéndola cada frase, capaz de provocar reacciones emotivas, a una *crítica colectiva* que debe mirar de minimizar la dificultad, ironizar sobre los pronósticos, contradecir los juicios negativos, redimensionar los elogios y los optimismos, etc.

— Ningún juego (de cartas o billar u otros), como ninguna actividad (excursiones, visitas, entrevistas) deben ser impuestas como obligación; esto proporcionará a cada uno la sensación efectiva de ser un hombre libre y de encontrarse con los amigos en la vigilia de un encuentro, y no en un retiro-prisión. Esta libertad puede ser también más amplia, limitadamente, claro está, a los individuos que dan suficientes garantías de seriedad: naturalmente que a ningún atleta se le deberá decir que no puede salir porque no se confía en él, pero sí podrá evitarse el peligro acompañándolo amistosamente.

— La asistencia psicológica, mejor si se hace por más personas, debe ser presentada como un *triat d'union* (lazo de unión) entre los atletas por una parte, y los dirigentes y la familia por otra. El atleta debe poder «sentir» que el *leader* está siempre de su parte y que con él se puede y se debe confiar con extrema franqueza, porque es un amigo y no un dirigente severo, ni un rival. El asistente social en la fábrica es un buen ejemplo de cómo es grato el dependiente saber que puede contar siempre con alguien que está allí sólo para ayudarlo en cualquier circunstancia.

— Es necesario escoger todos los sistemas posibles para mantener alegre el ambiente y para distraer al máximo a los atletas, del pensamiento de la competición inminente. Todo esto es también válido para el transcurso de los viajes de traslado en las vigilia de las competiciones normales. Aquí la necesidad es generalmente menos grave y menos sentida; aun, el *leader* deberá igualmente preocuparse de salvaguardar

la serenidad del grupo, aunque sólo sea alejándose con los elementos que podrían alterarla con sus problemas.

Se trata como se ha dicho, de normas básicas, fundamentales: la aplicación a cada caso singular debe confiarse, lógicamente, a la sensibilidad psicológica del *leader* y del médico deportivo.

Una acción psicoterápica de mantenimiento no es difícil si se tiene el don precioso de saber entrar con los atletas en el «justo» rapport afectivo, que no debe ser nunca de «simpatía», porque ello podría conducir a un falseamiento

de los juicios y de los consejos, sino de «empatía», esto es, capacidad de situarse en el lugar del individuo para ver todo problema con «su» punto de vista y poderlo, así, resolver o al menos afrontarlo del modo más adecuado.

En conclusión, existen tres tipos de grupos deportivos, respectivamente a nivel escolar, aficionado y profesional. En cada uno de estos tres grupos existe una dinámica diferente que el *leader* respectivo debe conocer bien, con finalidad de que el grupo confiado a su guía permanezca, amalgamado, sereno, y capaz de las mejores prestaciones atléticas.

Sobreesfuerzo físico

SUPERTONIC

SOLUCION

12

VIALES BEBIBLES

Indicaciones:

Bioenergizante orgánico en la práctica del deporte, así como en anorexias, astenias, convalecencias, etc.

Presentación y composición:

Viales bebibles de 10 cc. Cajas con 5 (P.V.P.: 122,90 Ptas.) y 12 (P.V.P.: 237,10 Ptas.) Cada vial, que constituye una dosis, contiene en el tapón: Coenzima B₁₂ 1.000 Gammas y l-glutamina 100 mg; en la solución: Carnitina Clorh. 500 mg, l-lisina 400 mg.; aspartato de arginina 100 mg. y fosforilserina 50 mg.

Otra presentación SUPERTONIC CAPSULAS:

Caja con 30 (P.V.P.: 161,40 Ptas.)

Contraindicaciones: No tiene.

Posología: 1 dosis diaria o a días alternos.

Por su agradable sabor a frambuesa puede tomarse tal como se presenta o bien disuelta en zumo de frutas, leche, etc.



INDUSTRIAL FARMACEUTICA ESPAÑOLA, S. A.

BOI-K aspártico

COMPRIMIDOS EFERVESCENTES

TERAPEUTICA
POTASICA
DEFATIGANTE

SIN ACCION
SOBRE EL SISTEMA
NERVIOSO CENTRAL

INDICACIONES

Prevención y recuperación de los estados de fatiga muscular inherentes a la práctica deportiva.
Estados patológicos consecuentes al deporte (calambres, hipotonía e hiporreflexia muscular, miopatías hipopotasémicas).
Depleciones potásicas causadas por deshidrataciones debidas a hipersudoración, elevada temperatura ambiente, esfuerzo físico, prevención de los síntomas de fatiga laboral aumentando el rendimiento (Medicina de Empresa).
Estados de tensión síquica nociva y persistente que provoca astenia. «Surmenage» por actividad profesional con pérdida de sueño o descanso.
Estados pre y postoperatorio. Estados inflamatorios crónicos e infecciosos.
Estados carenciales, ya sean primarios o secundarios consecuentes a regimenes dietéticos.
Cardiopatías de etiología hipopotasémica, que requieran una reposición intensiva de potasio.
Muy interesante en Geriatria.

DOSIS

De 2 a 4 comprimidos diarios, o más, disueltos en una pequeña cantidad de agua, pudiéndose mezclar con zumo de frutas u otro tipo de alimentación líquida, tomándolos preferentemente durante las comidas, y una vez haya terminado la efervescencia.

CONTRAINDICACIONES

Síndromes que cursen con oliguria (diuresis inferiores a 500 c.c. diarios).

PRECAUCIONES Y EFECTOS SECUNDARIOS

No se conocen.

PRESENTACION

Cajas con 20 comprimidos efervescentes.

P.V.P.: 139,10 Ptas.



25 mEq de K = 975 mg.
Vitamina C 500 mg.
Acido l-aspártico 350 mg.
por comp. efervescentes



LABORATORIOS B.O.I.

Página. 370 - Tel. 254 08 23 - BARCELONA-13
Galileo. 25 - Tel. 447 78 02 - MADRID-16