

**Estamos preparando la mente de los campeones**

## **Cuadernos de Psicología del Deporte N° 7**

**El Rival Interior - Escrito por Gustavo Maure**

Preparado para imprimir en hojas Tamaño Oficio - Para una mejor lectura abre este archivo con Acrobat Reader



# **Las dificultades en la definición o cierre del Partido**

**El Síndrome de la Imposibilidad de Cerrar o Convertir - El SIC -**



**El Efecto Frankenstein en el Deporte** (o en la vida)

**El Trauma de la Oportunidad Perdida - El TOP -**

**La pérdida de la oportunidad de ganar**

**Sangre caliente para pelear los tantos  
y sangre fría para poder definirlos**

**Una Actitud Deportiva Menguante o Decreciente  
- EL SIC -**

Cuando en los momentos de definición de una jugada o un partido un deportista (o un equipo) reiteradamente disminuye el rendimiento o la eficacia deportiva afectando negativamente el resultado y terminando derrotado per se (por sí mismo, por su propia naturaleza) postulamos que padece un conjunto de síntomas al que hemos dado el nombre de SÍNDROME DE IMPOSIBILIDAD DE CERRAR O CONVERTIR - SIC -

Este descenso de rendimiento o menoscabo de actitud deportiva ganadora puede ser notorio o sutil, pero siempre es decisivo para el resultado. Y así, en *segundos fatales*, se pierden horas, días, semanas o años de esfuerzo, entrenamiento y crecimiento deportivo.

En psicología, un síndrome es un cuadro clínico o conjunto sintomático observable y verificable, que existe en un momento dado y se reitera en diferentes individuos.

Es un grupo significativo de síntomas y signos semiológicos que reúnen tres condiciones: 1) Definen una condición o estado mórbido. 2) Por sus características presentan una cierta identidad o similitud. 3) *Concurren* en tiempo y forma en situaciones precisas.

Todo síndrome es una entidad clínica que asigna un significado particular a las manifestaciones observables que la componen. El síndrome es "plurietiológico", porque tales manifestaciones pueden ser producidas por diversas causas. Por ejemplo; *exigencias desmedidas de triunfo, ansiedad, miedo al "fracaso", angustia escénica, ambición desmesurada, debilidad del yo para soportar o manejar la tensión, altas expectativas familiares, soberbia, personalidad rígida, miedos arrastrados desde la infancia, culpa inconciente, etc.*

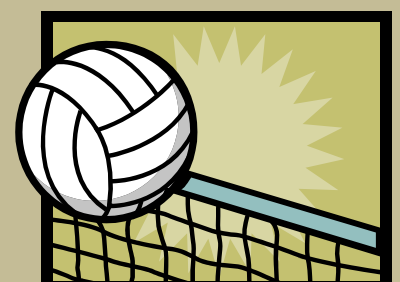


*La mentira más común es aquella con la que un hombre se engaña a sí mismo.  
Engañar a los demás es un defecto relativamente vano.  
Nietzsche, Friedrich W*



*"Dime como manejas las situaciones de tensión  
y te diré quién eres"*

El momento del cierre del partido es uno de los de mayor tensión y es evidente que hace falta un resto de *fuerza psíquica* para poder hacerlo, de la misma forma en que se necesita un resto de fuerza física en el embalaje de maratón, remo o ciclismo para la definición de los momentos finales. Un campeón siempre tiene un resto de *potencia psíquica* que le permite soportar la fuerte tensión de la definición.







*El sabio puede sentarse en un hormiguero,  
pero sólo el necio se queda sentado en él.*

PROVERBIO CHINO.

*"Los que están siempre de vuelta de todo  
son los que nunca han ido a ninguna parte."*

Antonio Machado



En los momentos de la definición el peso de la presión se hace más intenso; y la presión es presión del deseo que puja por manifestarse de un modo atropellado y poco efectivo. El sujeto está presionado desde adentro. Se trata de la presión interior.



## LA ANSIEDAD DE GANAR

***PRESIÓN DEL DESEO:* EL SUJETO DESBORDADO POR SU PROPIA AMBICIÓN**

Aprender a sentir pasión y emociones diversas, a controlarlas, dosificarlas e instrumentarlas de acuerdo a cada situación en particular es uno de los aprendizajes más bellos que nos brinda el deporte. Pero si se salen de cauce, estas hermosas vivencias emocionales pueden volverse en contra del sujeto en momentos claves y volverse una pesadilla donde muchos sienten ganas de abandonar el deporte.

La dificultad para definir o cerrar el partido es una combinación, en grados variables, de ansiedad azuzada por inseguridad personal, implacables exigencias

desmedidas y un nerviosismo que nubla el juicio generando un importante desarrollo de angustia escénica.

## Síntomas:

### *Intentos de definición prematura o atropellada.*

Hay tenistas que en los puntos clave arriesgan un drop (pelota corta) o un winner (tiro ganador), pero no lo hacen por una cuestión táctica, sino por ansiedad ya que no soportan la tensión de *trabajar* el punto hasta poder definirlo.

Hacen un precoz intento de definición y por esto suelen fallar, porque el punto de partida del golpe no es el fruto de una estratégica actitud de presión sobre el rival sino que son víctimas de su propia presión interior. El sujeto se hace objeto de su propia ambición desmedida o desordenada. El predador se convierte en presa fácil, y así pierde la oportunidad de cerrar el punto, convertir el gol o ganar el partido.

### *Inhibición y postergación en los los momentos decisivos.*

También puede suceder el fenómeno inverso donde por inseguridad se demora la ejecución del tiro desaprovechando la oportunidad y cediendo la iniciativa al oponente. Lo que el sujeto no hace, lo hace el rival. Igual que en la guerra terreno que se cede, lo gana el contrario.

Hacemos excepción de retiradas estratégicas o tácticas específicas de contragolpe, nosotros estamos hablando de *síntomas, inhibición o impotencia*.

### *Imprecisión, vacilación y/o lentitud*

El jugador yerra tiros que en la práctica de entrenamiento efectuar y convertir en innumerables oportunidades, como un penal o tiro libre. También puede cometer errores tácticos como no ver a un compañero mejor posicionado, o distraerse, no entenderse con el arquero o un compañero, dejar sin marca a un delantero, etc.

Puede presentarse la sensación de que los rivales atacan en cámara rápida mientras que el jugador reacciona en cámara lenta, o con pesadez. etc.

Tenemos el caso manifiesto de corredores, ciclistas o remeros que marcan mejores tiempos en los entrenamientos que en la competencia. A la inversa los campeones marcan mejores tiempos en competencia.

En el **SIC** tal como sucede en las pesadillas, el soñante se mueve con gran dificultad y pesadez, mientras los atacantes lo hacen con velocidad. (en tenis se tiene la sensación de que el brazo se encoge o se agarrota) En cambio los campeones ven a sus rivales en cámara lenta mientras ellos se mueven a una velocidad mental superior.

Lo que queremos demostrar es que detrás de la imprecisión o el error se encuentra una situación de tensión que inhibe la fluidez, la espontaneidad y la determinación que la ejecución del tiro ganador requiere. Denominamos a este proceso psicológico negativo como el **SIC**.

El cansancio, el alcohol, las drogas, el estrés y la falta de sueño producen lentitud en los reflejos y errores de razonamiento. Entendemos que también producen el mismo efecto factores psicológicos como la poca tolerancia a la presión interna y externa. Es la falta de "*anticuerpos psicológicos*" para la presión lo que produce el SIC.

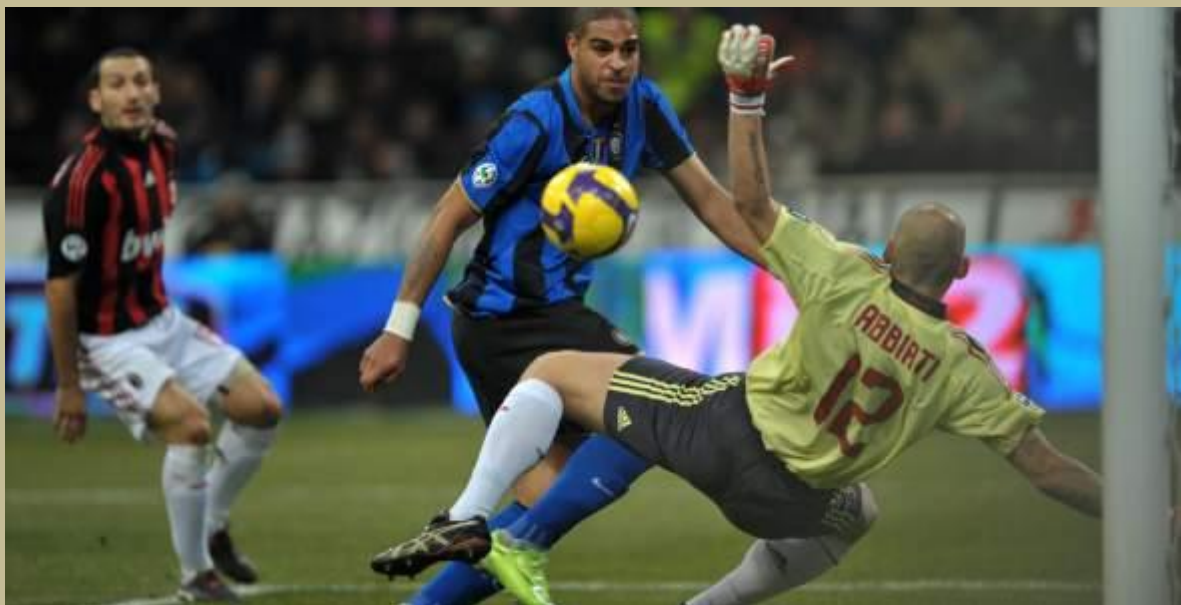
Nuestro análisis de los factores psicológicos que conducen al accidente de aviación o de cualquier otra índole nos han puesto en la misma perspectiva.

VER: EL FACTOR HUMANO





*En algunas oportunidades los equipos de fútbol dominan el partido y al no poder definirlos o convertir los goles terminan perdiendo "inmerecidamente"*



*En otras ocasiones, por adormecimiento o anestesia colectiva, una cómoda victoria se transforma en una inesperada y sorpresiva derrota.*



*Sea por una de más o una de menos, inhibición, miedo o ansiedad, las oportunidades se van perdiendo una a una y al aproximarse el final del partido los nervios dominan a los jugadores coronando y sellando partidos para el olvido*



*Existen excelentes jugadas de gol en las que se falla en el tramo final.  
La brillantez de la elaboración no coincide con la opaca y poco certera conclusión.*

*En tenis se llaman "errores no forzados" a aquellos en los que el **yerro** se produce sin intervención del rival. No derivan de una dificultad en el juego externo sino de una dificultad interior que motiva y "**fuerza**" la equivocación.*

**"Quien siembra en el espíritu planta un árbol a larga fecha."  
Nietzsche, Friedrich W**



*Los penales constituyen una de las situaciones clásicas donde la dificultad para convertir se pone al rojo vivo.*



*Roger Federer sirviendo ante Marat Safin en Wimbledon (2007)*

El tenis ha sido prodigo en situaciones donde en el set decisivo un jugador que contaba con una amplia ventaja, a veces un 5-0, no logra definir y el rival silenciosamente se va agrandando y al modo de un subi-baja nuestro héroe desciende hasta el infierno de una no merecida derrota.

- **EL TOP** - Y así puede instalarse el otro síndrome asociado que hemos denominado **TOP**, Trauma de la **O**portunidad **P**erdida. (Gustavo Maure 2003) "Si por responsabilidad del jugador se produce la pérdida de una importante ocasión favorable se puede producir un síndrome caracterizado por inseguridad y autodesconfianza que se arrastra durante un largo período de tiempo, este fantasma puede alcanzar a equipos o jugadores que perdieron partidos casi ganados o con rivales muy inferiores."

Al modo de las profecías de auto cumplimiento el síndrome se va corroborando a sí mismo en cada jugada desacertada, generando games o partidos que se pierden por muy poco o inexplicablemente, ya que los rivales van tomando confianza ya que identifican este punto de vulnerabilidad y se agrandan. La inseguridad de un lado nutre y alimenta la confianza del oponente. Existen mecanismos muy primarios de enfrentamiento donde el animal **huele** el miedo de su contrincante y se torna más bravo y combativo. Y a la inversa también, en un proceso que conocemos como intimidación.

El TOP equivale al estrés post-traumático donde una persona queda afectada luego de un choque o una guerra y no vuelve a ser la misma hasta que se recupera psicológicamente. Es una especie de profecía de auto cumplimiento que consiste en una pérdida progresiva y acumulativa de confianza y menoscabo del yo que entra en crisis apenas se vislumbra una oportunidad de definir. **EL TOP ES UN MECANISMO DE AUTO REPETICIÓN DEL TRAUMA**, el miedo a que se repita hace que se vuelva a repetir.

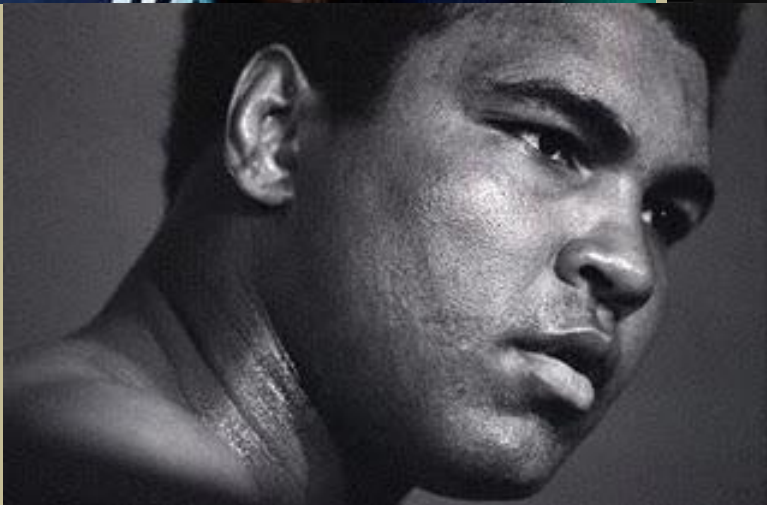
El síndrome se va retroalimentando a sí mismo a través de inmerecidas derrotas minando la pasión y la determinación que requiere el deportista exitoso. Muchos abandonos prematuros del deporte obedecen a la acción implacable del TOP que debe ser tomado a tiempo, antes que se inicie **el desgaste anímico** del jugador, sobre todo cuando empiezan a aparecer pensamientos o ideas de abandonar primero el partido y luego la carrera deportiva.

El síndrome **TOP**, que se superpone o alterna con el **SIC**, puede activarse ante los primeros errores que fuerzan una serie posterior de yerros.

En los partidos de tenis muy disputados, cuando un jugador estuvo a punto de quebrar el saque del rival pero no lo logró, a continuación puede venir el quiebre de su propio saque como consecuencia del TOP. En fútbol se dice que **los goles que se pierden en el arco rival se convierten en el propio** (Esta es una clara acción del TOP). En este tipo de mecanismos psicológicos definen los partidos.

*En los actuales niveles de competitividad, si el jugador no logra purificar el psiquismo de restos neuróticos no podrá desarrollar la auténtica personalidad del deportista exitoso.*

*Este último nunca agregará las oscuras complicaciones del mundo interior a la difícil batalla que se libra en el mundo exterior.*





*Las dificultades en el cierre de los partidos constituyen uno de los problemas más serios de los tenistas y de los golfistas*



*Estos puntos de vacilación en el cierre del partido en el tenis o de nerviosismo al definir un hoyo en el golf constituyen uno de los momentos culminantes de la angustia escénica, ya que marcan e iluminan el pasaje a la posición de vencedor. Es el momento de asestar el tiro de gracia o sea definir la muerte simbólica del rival. Se desarrolla una inhibición inconsciente montada sobre el pico de la angustia cuyo fin es la anulación del acto que se va a concretar.*

***"Quien añade sabiduría, añade dolor"***

Eclesiastés (Biblia)



*El sabio puede cambiar de opinión.  
El necio, nunca.*  
Immanuel Kant



Ginobili define un punto con total tranquilidad





*Tus rivales tendrían que empezar a preocuparse.  
Cuando termines de leer este libro, vas a entrar a la cancha con esta mirada.*



© Gustavo Maure

® Todos los derechos de texto reservados © Copyright El rival interior

Las imágenes utilizadas pertenecen a sus autores y fueron tomadas de la web o enviadas por lectores a fin de desarrollar un estudio e investigación de tesis sin fines comerciales.

[gustavomaure@gmail.com](mailto:gustavomaure@gmail.com)



**IMPORTANTE:** Estos desarrollos teóricos están pensados y elaborados para deportistas adultos, profesionales del alto rendimiento. Para los niños la orientación psicológica es totalmente diferente, fundamentalmente tienen que jugar, divertirse y aprender valores de vida. Es la gran enseñanza del deporte, la formación espiritual. Aunque los padres esperen que sus hijos sean jugadores destacados tienen que saber que no se triunfa si no se ama profundamente aquello que se practica o se ejerce.

Puedes mantener al día tu colección. Los Cuadernos de Psicología del Deporte evolucionan, crecen y se renuevan periódicamente. Para mantenerte actualizado búscalos en

<http://www.elrivalinterior.com/Cuadernos/>

**Cuaderno N° 1 Introducción:**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Introduccion/A01.INTRODUCCION.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 2 Canalización de la Agresividad**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Introduccion/A02.CANALIZACION.AGRESIVIDAD..ElRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 3 El Deporte y la guerra**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Deporte.y.Guerra/A03.El.Deporte.y.la.Guerra.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 4 La Batalla Simbólica**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Deporte.y.Guerra/A04.LaBATALLA.SIMBOLICA.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 5 El Cazador y la presa**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Caceria/A05.ELCAZADORYLAPRESA.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 6 Actitud Mental en el Tenis**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Tenis/A06.ACTITUD.MENTAL.TENIS.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 7 Las dificultades en la definición o cierre del Partido.**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/La-Presion/A07.DEFINICION.EL.RIVAL.INTERIOR.pdf>

**Cuaderno N° 8 Pigmalión, o el efecto Frankenstein**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/La-Presion/A08.EFECTO.PIGMALION.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 9 Los Siete Pecados Captales del Deportista**

**Cuaderno N° 10 El Superhombre**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/El-Superhombre/A10.SUPERHOMBRE.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 11 Supervivencia – ACTITUD MENTAL POSITIVA**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Supervivencia/A11.SupervivenciaActitudMental.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 12 Historia de los Deportes – América del Norte El Pasuckaukhowog**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Historia/Impacto/A12.HISTORIA.IMPACTO.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 13 Zen La Taza Llena o la Soberbia del Saber**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Zen/A13.LaTazaLlena.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 15 La Ataraxia – Los estoicos – Budismo Zen**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Ataraxia/A15.ATARAXIA.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N°23 Psicofármacos - No entrar en Pánico ante el ataque de Pánico**

<http://www.elrivalinterior.com/CuerpoCanibal/Psicofarmacos/A23.Psicofarmacos.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 29 Liderazgo – El Taoísmo en el arte de la guerra**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Liderazgo/A29.Liderazgo.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 30 Actitud Mental en el Golf**

<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Golf/A30.ActitudMentalGolf.elRivalinterior.pdf>



**Cuaderno N° 31 De cómo el maestro de Té derrotó mentalmente al Ronin**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Zen/A31.MaestrodeTe.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 32 Navegación. El Clima Emocional**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Navegacion/A32.NavegacionClimaEmocional.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 33 Decálogo del Vencedor**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Decalogo/A33.DecalogoVencedor.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 42 Pasión y Muerte en las Lesiones Psicosomáticas**  
<http://www.elrivalinterior.com/CuerpoCanibal/A42.Pasion.y.Muerte.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 44 Simbolismo Sexual - *El Macho Alfa***  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/SimbolismoSexual/A44.SimbolismoSexualDeporte.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 45 Una Posición Ganadora - *Entrevista a Garry Kasparov***  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Ajedrez/A45.UnaPosicionGanadora.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 48 ZEN – El Bambú Japonés**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Zen/A48.BambuJapones.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N 49 Historia – El Nacimiento del Deporte**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Historia/A49.NacimientoDeporte.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 50 LA PRESIÓN PSICOLÓGICA**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/La-Presion/A50.LaPresion.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 52 ACTITUD MENTAL EN LAS ARTES MARCIALES (y en todos los deportes)**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Bushido/A52.ActitudArtesMarciales.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 53 Inteligencia y Anticipación – Función Alfa**  
<http://elrivalinterior.com/actitud/Inteligencia/A53.InteligenciaFuncionAlfa.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 54 La Vacuidad Budista por John Blofeld**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Zen/A54.VacuidadBudista.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 55 BUSHIDO POSICIÓN MENTAL EN COMBATE**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/PosicionMentalenCombate/A55.PosicionMentalCombate.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 56 CIRCUS MAXIMUS – “LOS QUE VAN A MORIR TE SALUDAN”**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/circo-romano/A56.CircoRomano.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 62 El Provocador y el anciano Samurai – Historia ZEN**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Zen/A62.ElProvocador.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 63 EL TROFEO**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Trofeo/A63.ElTrofeo.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 64 El Gallo de Riña**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/ControlEmocional/A64.GallodePelea.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 65 Repetición y Creatividad - Historia de la Escritura**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Escritura/A65.HistoriaEscritura.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 67 Don Quijote y el espíritu Caballeresco**  
<http://elrivalinterior.com/actitud/Quijote/A67.DonQuijote.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 68 Supervivencia – Respuestas Extremas: Campos de Concentración**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Supervivencia/A68.CampoConcentracion.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 69 Inteligencia Paralela – Cristo y la Adúltera**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Inteligencia/A69.ArteBuenaRespuesta.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 80 La Angustia Escénica**

**Cuaderno N° 90 La Angustia Escénica y la Mirada del Otro**

**Cuaderno N° 91 Textos Védicos Ancestrales – India – El Rey, el genio y la mente**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/FactorHumano/A91.Rey.Genio.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 93 El Juego de Pelota Maya – Historia de los Deportes**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/Historia/Juegos-con-pelota/A93.JuegoPelotaMaya.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 94 Indicador de Actitud – Una Metáfora de la Aviación**  
<http://www.elrivalinterior.com/actitud/PODER-MENTAL/A94.IndicadorActitud.elRivalinterior.pdf>

**Cuaderno N° 95 ORÍGENES – HISTORIA DEL AJEDREZ**



<http://elrivalinterior.com/actitud/Ajedrez/A95.HistoriaAjedrez.elRivalinterior.pdf>

Cuaderno N° 99 El Silencio del Analista – Una interrogación sobre su eficacia clínica

<http://elrivalinterior.com/actitud/Escritura/A99.ElSilenciodelAnalista.elRivalinterior.pdf>

<http://www.elrivalinterior.com/>



---

<sup>11</sup> <http://soccerimage.wordpress.com/category/deporte/>