

DOSSIER

«TRIBUNAL DE JUSTICIA» : UN JUEGO DE PSICODRAMA EN LA INTERVENCIÓN DE LA PSICO- LOGIA DEL DEPORTE

Gisela Sartori Franco

RESUMEN: Los técnicos, dirigentes, atletas y demás profesionales del área deportiva quieren respuestas inmediatas, para bloqueos deportivos que involucran aspectos emocionales. Ellos piden al Psicólogo Deportivo explicaciones precisas y acciones transformadoras. El objetivo de este estudio es presentar «El Tribunal de Justicia» como un juego dramático utilizado por el psicodramatista que actúa directamente en el Deporte. Para tal abordaje me apoyé en los conceptos de Psicodrama. Si en la Teoría Psicodramática, el hombre es estudiado a partir de sus relaciones interpersonales, en el contexto deportivo, las relaciones entre los atletas y la comisión técnica se transforman en un núcleo fundamental. El juego dramático presentado aquí permite que el atleta descubra nuevas maneras de lidiar con una situación. Este juego fue creado con el objetivo de hacer que sus participantes tomaran el lugar de otra persona y al mismo tiempo sigan al otro refiriéndose a su papel. Describas las principales características, indicaciones y cuidados para su aplicación, y relatando como ilustración una experiencia vivida; queda expresado en este artículo un recurso, un instrumento más para que el Psicólogo del Deporte lo utilice en su trabajo diario.

ABSTRACT: Coaches, directors, athletes and other professionals of the sporting area are in immediate need

of answers to sporting impediments, that involve emotional aspects. They ask the Sport Psychologist changing and precise actions. The aim of this study is to present «The law court» as a role-playing game utilized by the psychodramatist who works with sport. For this approach I support my concepts on the Psychodrama. If at the Psychodramatic theory human being is studied from their interpersonal relationships, at the sporting scenery, the athletes relationship with the technical committee becomes essential. The role-playing game presented here allows the athletes find out new ways of dealing with a settled situation. That game was created having in mind making their participants role-play other person's part at the same time they follow the other person referring to their part. Having described the main characteristics, indication and precaution as to its application, as well as having as illustration a real experience, it is shown in the present article a resource, a further instrument for the Sport Psychologist's daily work.

Introducción

Delante de las constantes transformaciones que el Deporte de Alto Rendimiento viene sufriendo actualmente, la Psicología del Deporte (PD), como una de las Ciencias que auxilia su avance, está siendo exigida en todo momento. Se piden teorías y explicaciones son solicitadas, principalmente en la hora de su actuación práctica.

Técnicos, dirigentes, atletas y otros profesionales del área deportiva quieren respuestas inmediatas, para sus dudas que involucran aspectos emocionales. Quieren explicaciones precisas, justificantes científicos para los obstáculos psicológicos que acaban bloqueando el desarrollo de sus trabajos. Preguntas que surgen de bocas ansiosas, sedientas de fórmulas mágicas para que todo se resuelva en un «pase mágico». Respiraciones contenidas, gritos sofocados, corazones apretados por delante de las incógnitas del ser humano, misterios de nuestra psique que nos engaña y nos deja a mercé de sus «caprichos».

Para optimizar el potencial atlético, Al Huang y Linch (1992) dejaron claro que uno de los principales factores para el progreso deportivo es el entrenamiento emocional, que definen como un entrenamiento enfocado a las necesidades emocionales del atleta, poseyendo características específicas y distintas de los demás entrenamientos. Como la aptitud emocional puede influenciar y determinar otras capacidades —intelectuales, motoras—; el atleta emocionalmente equilibrado, añade Franco (1998b), puede llevar ventajas en situaciones de estrés, como por ejemplo, una competición.

Millman (1995) también refuerza estas ideas al afirmar que la esencia del talento no es tanto la presencia de determinadas cualidades pero sobre todo, la ausencia de los bloqueos mentales, físicos y emocionales que afectan a la mayoría de los atletas.

Buscando avanzar en la dirección indicada anteriormente, opté por investigar las posibilidades de contribución del Psicodrama —una línea específica de la Psicología— para la mejora de la calidad de vida de atletas y comisión técnica, y con-

¹ Psicólogo o profesional de áreas afines que adquirió su formación específica en Psicodrama- una forma de psicoterapia que utiliza métodos de acción (Kellermann, 1998).

secuentemente de sus rendimientos. Para que la PD se propague con calidad, y su práctica clínica (o campo de intervención) sea apreciada, escogí publicar este trabajo pues de alguna forma, me gustaría incentivar la investigación científica en esta área.

Es objetivo de este estudio es presentar un juego dramático —«El Tribunal de Justicia»— como un recurso utilizado por el psicodramatista¹ que actúa directamente con la práctica de la Psicología del Deporte, revelando el potencial y lo práctico de su aplicación. Para tal abordaje me apoyaré en los conceptos del Psicodrama² como línea terapéutica.

Psicodrama

Creado por el médico rumano Jacob Levy Moreno (1889-1974), el Psicodrama, como línea psicoterapéutica y psicopedagógica, surge en Viena exponiendo desde sus inicios sus raíces originadas del teatro. Fue precisamente el 1º de abril de 1921, en un teatro vienés que Moreno abre la primera sesión oficial de Psicodrama. El Psicodrama es introducido en Brasil en 1930, pero es en la década de los 60' que sienta sus bases. Actualmente el psicodrama es utilizado por diferentes profesionales; desde los psicoterapeutas y educadores, hasta empresarios, médicos, artistas, etc. En este momento, Psicodrama y Deporte se aproximan, haciendo que este método psicoterapéutico y pedagógico se extienda a través de canchas, piscinas, campos y tatamis.

El término Psicodrama es complejo, motivo de varias tentativas de definición. Para su creador, «*el Psicodrama puede ser definido como la ciencia que explora la «verdad» por métodos dramáticos*» (Moreno, 1978, p17). Valiéndose de un lenguaje teatral, inspiración primera de esta teoría, cree en el presupuesto que las personas son actores que pasan por varios escenarios de vida. En tanto como raíz, tenemos la palabra *drama*, que procede del griego, significa acción, pudiendo ser simplificada aquí como terapia de acción.

Importante es destacar que este método tiene como objetivo recuperar y desarrollar la espontaneidad y creatividad, «*a través de la ruptura con los patrones de comportamiento estereotipados, (...) que acarrear la automatización del ser humano*» (Gonçalves, et al, 1988, p46). Los psicodramatistas creen que de esta forma estarían contribuyendo efectivamente para la salud psicológica y emocional de cada uno, permitiéndolos a encontrar más placer, autoestima y equilibrio en la vida en general.

El Psicodrama se basa en lo aprendido a través del hacer más que en el hablar, más a través de la práctica que de la teoría, y más a través del comportamiento abierto que del pensamiento interiorizado. «*Las personas se muestran especialmente insusceptibles a la persuasión verbal cuando se encuentran emocionalmente fuera de sí*»,

² En este artículo me limitaré a explicar solamente los básicos y más necesarios. Queda aquí la sugerencia para que el lector más interesado, consulte el tema más profundamente. Para la manipulación de tales técnicas, eso se tomará exigencia fundamental.

concluyó Petter Kellermann (1998, p.105).

Para señalar una visión de Hombre, Moreno afirma primeramente que el Hombre sólo es Hombre cuando está en relación. El Yo aislado es una ilusión, ningún ser humano llega a lugar alguno solo, él no existe por sí solo, o en otras palabras, el Yo-Tu es anterior al Yo. Ese Yo sólo gana plena condición humana cuando se relaciona con un Tú, y ahí está uno de los temas centrales de la Teoría Psicodramática.

La propuesta inicial de ese tipo de trabajo es eminentemente en grupo. Como en el Pensamiento Moreniano, el ser humano es un ser en relación, el hombre en contacto con otros hombres tiene la necesidad de asumir diferentes papeles que serían desarrollados de acuerdo con la madurez y exigencias de esas relaciones.

El término Papel fue definido por Moreno como «*la forma de funcionamiento que el individuo asume en el momento específico en que reacciona a una situación específica en la cual otras personas u objetos están involucrados*». (Moreno, 1978, p27). El desempeño de papeles es por tanto anterior al surgimiento del Yo; es el Yo quien emerge de los papeles y no al contrario. Para cada papel existe un papel complementario o contra papel. Papel y contra-papel son «co-existentes», «co-dependientes». Un buen desempeño de aquel papel permite presumir una adecuada percepción del contra papel. Siendo así, cada uno de nosotros adquiere y escoge, a lo largo de la vida, un abanico de papeles.

De acuerdo con el grado de libertad y de espontaneidad, el proceso de desarrollo de los papeles, conocido como Teoría de los Papeles, pasa por tres fases:

- 1º *Role-Taking*: escogiendo papeles; imitando.
- 2º *Role-Playing*: entrenando papeles.
- 3º *Role- Creating*: creando nuevos papeles.

Lo que Moreno innova aquí, es la oportunidad de entrenar papeles, en la tentativa de desarrollarlos mejor. Uno de los instrumentos utilizados por el psicodramatista para trabajar con la Teoría de Papeles es la utilización de los Juegos Dramáticos.

El juego dramático (J. D.), recurso ampliamente utilizado por el psicodramatista, es una actividad que propicia al individuo a expresar libremente las creaciones de su mundo interno, realizándolas en la forma de representación de un papel, por la producción mental de una fantasía o por una determinada actividad corporal. El juego dramático, permite pues, que el individuo descubra nuevas formas de lidiar con una situación que podría ser semejante a otra situación de su vida (Montero, 1979, p.7).

Sintetizando la definición de juego dramático, Yozo (1996) aclara que es juego aquello que promueve lo lúdico, en virtud de la apariencia de diversión que nos aproxima a nuestro niño interno; y es dramático por la proposición de trabajar los conflictos que surgen.

Desearía destacar una característica valiosa de ese trabajo. El individuo que parti-

³ Recursos utilizados para ejecutar el método psicodramático y sus técnicas (Yozo, 1996, p.20)

cipa del grupo en Psicodrama, aunque pueda estar viviendo un conflicto, en el momento que escucha la angustia del otro, muchas veces entra en contacto con su lado equilibrado, saludable, que todos tenemos y, a partir de ahí, visualiza una «salida» para el problema. Es a través de la salud que existe en él y que estaba escondida, que el individuo tiene la oportunidad de ver su conflicto por otro ángulo y así, tener posibilidad de digerirlo mejor. Siendo así en el trabajo en grupo el individuo no sólo recibe ayuda en el momento de crisis, también tiene la posibilidad de dar ayuda y apoyo a otro integrante del grupo.

Existen principios fundamentales en el juego dramático que siguen la misma estructura básica de una sesión psicodramática donde se consideran los cinco instrumentos y las tres etapas para su operacionalización.

Los instrumentos³ conforme explica Franco (2001) son: Director, Ego-Auxiliar; Protagonista; Escenario y Platea. Para la utilización de un J. D., el psicodramatista necesita obedecer las fases del procedimiento— llamada Etapas de Juego (Yozo, 1996). Cada cual con sus características particulares, y necesitando de tratamiento específico; ellas pueden ser divididas en Calentamiento (inespecífico / específico); Juego o Dramatización y Compartir.

Un juego dramático en la práctica de pie

El juego dramático conocido como «Tribunal de Justicia» fue creado con el objetivo de hacer que sus participantes cambiasen al lugar de otra persona y al mismo tiempo acompañasen al otro refiriéndose a su papel. Se explica al grupo que a partir de aquel momento será instaurado allí un «forum jurídico» donde todos los presentes se tornarán «abogados» y « promotores». En la realidad el grupo es dividido en 3 subgrupos. En la «sala de audiencia», uno de ellos será el grupo de los promotores, los que acusan al «reo»; el segundo, los «abogados de defensa» que lo defienden; el tercer grupo está compuesto de «jurados». Es avisado que como tenemos 3 juicios, pues presentaremos 3 reos, cada grupo va a asumir 3 papeles distintos. El juez del tribunal es el director del J. D. y los reos ficticios y personalizados en una almohada o muñeco, son escogidos de acuerdo con la necesidad del grupo.

Hice para este juego —«Tribunal de Justicia»— una adaptación para el contexto deportivo. Para los grupos de deportistas, acostumbro escoger para ser juzgados, en esta «audiencia pública» a los reos atletas, técnico y padres del atleta. Uno a uno, cada cual en su momento va siendo «juzgado» por los abogados y promotores— en la realidad son atletas asumiendo esos papeles. Voy a presentar una experiencia vivida con la aplicación de esta técnica a esos reos. Ellos podrían ser substituidos por: árbitros, hinchada, los demás profesionales de la comisión técnica, de acuerdo con la necesidad y el interés del grupo.

Relataré como ejemplo, un encuentro con un equipo deportivo profesional. Serán citados las partes más significativas de la sesión trabajada, siendo inadecuado para

⁴ Por ejemplo: reclamaciones constantes de una larga jornada de entrenamiento, de los cortos momentos de descanso, falta de tiempo para volver a ver a familiares, entre otros.

este artículo relatarlo íntegramente. El grupo de ese día estaba compuesto por 13 atletas (sexo femenino, categoría adulta), un técnico, un asistente técnico, una fisioterapeuta y una psicóloga. Este equipo ya estaba siendo seguido por mi hace más de nueve meses y acabé optando por esta aplicación porque percibí que estaban demostrando una duda sobre la validez de la extrema dedicación exigida por aquel deporte.⁴ Aunque estuviesen viviendo un óptimo momento profesional, en término de los resultados de las campeonatos —equipo al tope del *ranking*— un cierto desánimo reinaba, principalmente entre las atletas.

Después de la explicación de la dinámica del juego para todo el grupo, ellas pasaron a comprender lo que se les pedía. Esto es, abogados de defensa y de acusación necesitarían encontrar argumentos para convencer a los jurados de este «forum competente» sobre: «Es bueno ser Atleta?»- para el primer juicio, en que el escogido como reo fué el atleta. Los promotores dirigiéndose a los jurados, justificarían por ejemplo, que «NO es bueno ser atleta», de que «NO vale la pena serlo». En el segundo juicio, los defensores deberían aclarar (y convencer): «Vale la pena ser técnico», y así sucesivamente.

Para cada juicio, los abogados debían argumentar sobre: es bueno ser _____ —de acuerdo con el reo—, y los promotores deberían hacer el trabajo contrario, esto es, podrían decir, por ejemplo: «los abogados de la defensa están equivocados, queridos jurados; . No es bueno ser padre de atleta porque...». Para garantizar un desarrollo mayor de los participantes del grupo, es fundamental ofrecer tiempo suficiente para la preparación del papel (de abogados, promotores), para que se calienten y entren «en escena» con concentración.

Conforme es sabido, la primera etapa del juego dramático —el calentamiento— va a definir y comprometer al propio juego. Me baso también en las palabras de Davoli (1999, p.81) «*Es en el calentamiento, por intermedio de los ejercicios propios, que se comienza a configurar la estética del proyecto dramático*».

El juez del tribunal (el psicólogo que dirige el juego) entra en la segunda etapa del J. D. —la dramatización— dando inicio al juicio concediendo la primera palabra a los promotores, y en seguida, a los abogados de defensa. Cada parte tiene la posibilidad de una réplica en caso de que el grupo lo haya previamente acordado, con la posibilidad de dilatación de tiempo en ambas manifestaciones. Al final de cada juicio, se dan algunos minutos para que el grupo de jurados se reúna y dé su veredicto.

Para que el juego tenga un poder de discusión y reflexión mayor, es importante mostrar al grupo que los jurados no deben tomar en consideración su propia opinión personal, lo que se opone a la situación real, pues aquí lo importante es saber cual grupo sabe «convencer», defender y argumentar mejor.

Al final de las tres (o cuantas el grupo combine) rondas / juicio, se llega al momento más importante: la discusión sobre lo ocurrido. ¿ Como se siente cada uno teniendo que «defender» o «acusar» el propio papel?. ¿ Cómo es escuchado el otro «acusando» su papel?. ¿ Qué sucede cuando alguien se pone en defensa del técnico, o en defensa de los familiares?- por ejemplo.

Es en este momento valioso para el Psicodrama —el compartir— que el grupo «digiere» mejor las emociones vividas y puede comentar y dividir sus sentimientos e

insights.

Algunos sentimientos pudieran ser compartidos como:

- «No podía imaginar que yo iba a quedar tan nerviosa al oír al otro hablar mal de la profesión que escogí»;
- «Confieso que yo quedé triste, me apretó el corazón tener que hablar que no es bueno ser padre del atleta, debe ser difícil realmente...»
- «Aquella de allá que estaba tan «calladita» parece que se encendió cuando comenzó en la defensa».
- «Yo hablé cosas horribles de ser atleta, los tipos de dolores que tenemos que aguantar, los días largos del novio, la rutina, pero sentía que al mismo tiempo en que yo decía que no era bueno ser atleta, otra fuerza dentro de mi, bien fuerte me decía que todavía valía la pena, que todo tiene su precio, fue increíble!!!».

Otro hecho comentado fue la agitación que el asistente del técnico causó al inicio del segundo juicio. Este profesional se negaba a entrar en el papel de la acusación del «reo»: Técnico. Él decía que no veía nada negativo o difícil en esa función. Este técnico necesitó una atención más individualizada para entender mejor lo que ya había sido explicado, que «acusar» el papel del técnico era sólo un ejercicio y que sería importante que él se viera en aquella circunstancia para encontrar otras emociones además de su devoción por el Deporte.

Después de un tiempo este profesional entró en el papel y en el momento de participar, acabó admitiendo que, en el inicio estaba receloso en faltar el respeto o influenciar negativamente la opinión del todo el equipo. El mismo acabó asumiendo, después de eso, que había dificultades con esa función, pero que ellas son superadas paulatinamente.

Reflexiones de este tipo acabaron siendo transformadoras, no sólo para quien las dijese, sino también para quien las escuchase. En esta etapa unos comienzan a aliarse con otros, algunos solidarizan con los otros. La comisión técnica pudo observar también que las muchachas estaban realmente cansadas y aquello que, para ellos era de fácil superación, para ellas, traía un cierto desánimo. Con este juego, fue posible percibir el sentimiento genuino de cada una y no sólo el momentáneo, conforme comentó el técnico. A esta hora, el propio técnico decía:

- «Yo, en el lugar de ellas también estaría cansado¡. Es fuego¡. Yo también fui atleta y sé que llega una hora que llena la paciencia, pero es así mismo saturada, hay que seguir la moda. Hoy el Deporte pide más de los atletas; tiene más ventajas, el sacrificio es mayor¡

Lo que para las muchachas era una duda o desgana, a la hora de defender al propio papel ese sentimiento fue quedando más claro y ellas más firmes y decididas. Se podía oír:

- «Da un montón de trabajo, un cansancio enorme, pero vale la pena»

Otras replicaban:

- «En el fondo, en el fondo, es eso lo que me da energía, no me veo haciendo otra cosa¡».

El grupo como en todo, caminó en una dirección mucho más positiva y constructiva, generando mayores aproximaciones y contactos entre sus integrantes. No quiero decir que a través de un único juego dramático todo se consigue; es más una cuestión de saber reunirlos en una secuencia correcta, respetando la fase de grupo conforme Franco (2001) explica en su trabajo. Estos temas aún fueron trabajados posteriormente, y a través de otras experiencias con juegos y otras discusiones, fue posible llegar a un estado de conciencia mayor y así reconectarse con ese sentimiento que es fundamental para el desarrollo de cualquier Deporte— la dedicación y el amor por aquello que se hace.

Otra ventaja obtenida a partir de esta experiencia fue la aproximación, no sólo en razón del redescubrimiento de los propios sentimientos, como también, de la constatación de las emociones ajenas. Sería como una comprobación, un reconocimiento de los reales intereses de cada uno en aquel deporte. Haciendo una lectura sobre el tema del YO-TU, se puede afirmar que este encuentro estaba avalando muchos elementos del equipo, ya no sabían quién era el TU para componer el YO de cada uno. ¿Cómo puedo desarrollar mi YO si el TU no está claro para mí?. La cuestión de la interdependencia, al igual que en el inconsciente, era vivida también aquí, y esa niebla sobre el TU, impedía al YO continuar en su camino.

Digo esto porque este equipo, de figuración nacional, estaba compuesto de varias atletas de la Selección Brasileña y técnicos que también ya habían prestado servicios a selecciones anteriores, y esto acababa generando entre ellos algunas diferencias, así, entre los atletas surgían comentarios del tipo:

- «ella pueden eso, porque son de la Selección», o
- «ya que no somos nadie, pagamos el precio», y aún
- «ellas no se interesan más, sólo quieren entrar para jugar y nada de sudar la

| PSICODRAMA | DEPORTE |
|-----------------|----------------------------------|
| Palco | Cancha, campo, piscina... |
| Protagonista | Atleta |
| Director | Técnico |
| Egos Auxiliares | Asistente técnico y equipo |
| Público | Hinchada |

Tabla 1. Semejanzas entre los Instrumentos del Psicodrama y del Deporte (Franco,

| PSICODRAMA | DEPORTE |
|----------------------------|----------------------|
| Calentamiento inespecífico | Calentamiento físico |
| Calentamiento específico | Pre-elección |
| Dramatización | Juego o competición |
| Comentarios / compartir | Comentarios |

Tabla 2. Semejanzas entre las Etapas del Psicodrama y el Deporte (Franco 1998 a).

camiseta en el entrenamiento, creo que están enojadas del deporte».

En las reuniones de comisión técnica, en las cuales participaba semanalmente, yo podía escuchar:

- «Por supuesto, están sin motivación, recibiendo alto salario y no quieren trabajar duro» o,
- «Tanto el «banquillo» como las titulares han de esforzarse, no tienen nada que perdonar la una a la otra, no quiero saber de disculpas, van a estar en entrenamiento el 24 de diciembre y el día primero de enero, las quiero a todas aquí»

Aunque algunas personas, en el ímpetu de sus expresiones pudiesen eludir que el YO camine sin el TU, o pensar que puede arrastrarlo autoritariamente, la vivencia del día a día decía que no. Según Moreno, agrupamientos más rígidos, impuestos por alguna autoridad son fuente crítica de conflictos.

Choques entre grupos ocurren en proporción directa a diferencia del estatus entre los miembros. Hay correlaciones negativas entre estructuras grupales formadas a través de procedimientos democráticos y aquellos formados por procedimientos autoritarios (MORENO, 1994, p.191-92).

Fue comprobado que principalmente en un deporte colectivo, un elemento solitario no tiene condiciones, igual siendo el más fuerte o el que trabaja más, de subir sólo al podium. Ese aliado es una variable muy preferida en el Deporte, conforme a la explicación del psicodramista Petter Kellerman:

El aprendizaje cognitivo que se da «desde la cabeza hacia arriba», no es importante para el Psicodrama. Hacer que los protagonistas entiendan el porqué de actuar como actúan no es la meta de la mayor parte de los psicodramatistas. (...) el aprendizaje no cognitivo, visceral, que implica un proceso en los niveles corporal y perceptivo-motor, es la parte central del proceso psicodramático (1998, p.106).

Discusión

Describí en trabajos anteriores (Franco, 1990; Franco, 2001) la razón por la cual preferí adoptar el Psicodrama para desarrollar la práctica de la PD, pero conviene destacar en este artículo, las semejanzas que encontramos cuando comparamos los Instrumentos de Psicodrama y el Deporte (Tabla 1), y las Etapas de un juego dramático también con las etapas del Deporte (Tabla 2).

Es importante resaltar que en la Tabla 1, los papeles relacionados, como por ejemplo: Protagonista— Atleta; Director— Técnico; pueden ser invertidos dependiendo del escenario, del objetivo del trabajo. Esto quiere decir que tanto el atleta puede ser el protagonista, como en otros momentos, ser el público, por ejemplo. El técnico puede estar en el centro del contexto psicodramático y ser él mismo, protagonista. Existe un gran abanico de posibilidades.

Según Bomfim (1994, p.227), « *dentro de las técnicas de grupo más citadas en el trabajo con el Deporte, el Psicodrama es utilizado con mayor frecuencia. Tiene la posibilidad de discusión y evaluación de los papeles de cada uno en el equipo*». Machado (1997), compartía la misma idea diciendo que el profesional que trabaja en el área de intervención necesita conocer, estudiar y saber lidiar con las dinámicas de los grupos deportivos, ya que los atletas, incluso de los deportes llamados «individuales», acaban entrenando en grupo. « *Pensando en técnicas de trabajo —aclara ese autor— el Psicodrama es utilizado para la mejora de la relación entre los deportistas y entre éstos y el equipo técnico*». (Machado, 1997, p.14).

Si en la Teoría Psicodramática, el hombre es concebido y estudiado a partir de sus relaciones interpersonales, en el contexto deportivo, las relaciones de los atletas, de la comisión técnica se tornan un núcleo fundamental. Siendo así, la relación atleta-atleta, atleta-técnico, atleta-hinchada, atleta-familiares, técnico-padres de atletas, etc., constituye el hecho principal para el desarrollo pleno de los papeles en el Deporte.

Además que la situación del atleta o del técnico deben ser apenas, uno de los papeles más ejercidos por una persona. Se torna importante saber conciliar las diferentes funciones del día a día, como por ejemplo: ser atleta de competición, ser estudiante, ser hijo, novio, etc.

Tanto el atleta como el técnico, adolescentes o adultos frente a una situación adversa, pueden recurrir a la alternativa más fácil que copiar los papeles. En un primer momento, sin saber cómo actuar, las personas toman un papel internalizado, estandarizado y ejecutan, a veces, de manera mecánica y repetitiva, sin la menor conciencia o reflexión. Actuando de acuerdo con prototipos pre-establecidos por otros intereses, el atleta puede perder su individualidad, particularidad y, principalmente el placer de ejercer sus propios papeles.

Después el recuerdo y la aplicación del juego dramático, atletas que andaban en los últimos tiempos un tanto aisladas (generalmente las que se quedaban en el banquillo), sin colaborar con el grupo, acabaron pudiendo expresarse más, también dejaron que los otros conociesen lo que estaba pasando con ellas. Para Moreno (1994, p.197) « *Si la persona está aislada o desatendida en su grupo de referencia, su volu-*

men de palabras será bajo comparado al de sus compañeros».

Siguiendo por este pensamiento, percibo que los atletas de alta competición, de forma general, viven situaciones de mucha tensión y por recibir salarios altos, se ven sometidos y sin poder expresar mucho por miedo de perder el lugar en los equipos a los que pertenecen. No veo razón para mantener esa amenaza para que se tenga atletas dedicados y esforzados. El atleta necesita tener condiciones y saberse situar en un equipo, poder aclarar el qué y cómo se debe hablar, como en cualquier relación profesional.

Los juegos dramáticos —vistos por algunos entendidos en dinámicas de grupo, juegos pedagógicos, dramatizaciones, «jugarretas» para integración grupal o motivación— han seducido a muchos profesionales del área por su dinamismo, sutileza y ludicidad, conforme lo citado anteriormente. Pero una dramatización o vivencia en J. D. no puede ser vista como un espectáculo teatral o un «Show». Infelizmente he encontrado colegas en el área que me piden «técnicas lícitas» que «movilicen al grupo», pero algunos profesionales pueden no estar atentos a lo que es pedido por el propio grupo, lo que ellos están realmente necesitando. Hay veces que están más preocupados con el impacto visual, escénico (y hasta alegórico) que de la implicación que cada técnica puede causar. Esto es muy peligroso!

Es preciso aclarar que del mismo modo que este tipo de recursos puede ser considerado leve y divertido, éstos pueden encaminarse, por ejemplo, por caminos tortuosos, contundentes y difíciles durante su aplicación con un grupo. Percibir los mecanismos de defensa contenidos en una escena psicodramática, saber el qué y el cómo pasar eso a los participantes, alentar los deseos íntimos expresados entre las líneas de un juego dramático, son algunas de las tareas del psicodramista que exige mucho entrenamiento y estudio.

Si el psicólogo no tuviera competencia específica en el área psicodramática y ética, ellos corren el mismo riesgo de destruir a un buen grupo deportivo. La aplicación de una única técnica psicodramática no tiene el poder de resolver, como en un pase mágico, una problemática vivida por un grupo, pero, por ironía tal vez, tienen mayores oportunidades en una única vivencia exterminar a un atleta o al grupo.

El juego del «Tribunal de Justicia», por ejemplo, en un grupo inmaduro en términos de opción profesional, puede hasta servir para disolverlo. En fin, toda técnica necesita estar contextualizada, ser propicia y oportuna para el momento vivido. En el caso del grupo que hice referencia, lo que sucedía era una incertidumbre pasajera —porque tenía informaciones anteriores que me garantizaban eso—, y que en realidad ellas sólo necesitaban de una oportunidad para sentir en la piel el amor que ellas tenían por el deporte.

No puedo dejar de citar otra razón por la cual escogí trabajar con Juegos

⁵ En este párrafo cuando cite al atleta estaré también refiriéndome al Técnico y demás miembros de la

Sartori, G.

«Tribunal de Justicia» un juego de psicodrama en ...

comisión.

Dramáticos (además de la credibilidad en el fundamento teórico y en la aplicabilidad práctica). Teniendo determinadas características de personalidad, me siento muy bien cuando estoy trabajando con el Psicodrama porque él se asemeja a mis valores y principios, o al mismo hecho de ser y de actuar. Por eso este abordaje no puede ser elegido por «moda» o sólo «porque era cierto para aquel grupo»— optar por el Psicodrama exige una compatibilidad con la personalidad del propio psicólogo, sino el desarrollo del grupo queda forzado y desformado.

Según el psicodramatista Kellermann (1998), la influencia de las características del terapeuta en el proceso terapéutico ha recibido la atención en la literatura.

Varios estudios llegan a la conclusión que las características personales, la experiencia clínica y las actividades profesionales del terapeuta influyen profundamente sus técnicas, sus actitudes y afectan el proceso y los resultados presentado por el trabajo. (Kellermann, 1998 p.31).

Estoy de acuerdo con Davoli cuando ella responde a la pregunta de Moreno hecha en 1932, «*Who shall survive?*» (Moreno, 1994) diciendo: «*Sobrevivirá quien sepa convivir en grupos de manera espontánea y creativa(...). Puede estar en el grupo la responsabilidad por la transformación, creación o en la perpetuación de papeles sociales*». (Davoli, 1999 p.79-80).

Cuando Feltz (1992) discute sobre los rumbos de la Psicología del Deporte en el mundo, cita la opinión de una serie de profesionales contemporáneos del área, preocupados por la creciente falta de comprensión y distancia entre los académicos de la PD y los psicólogos que trabajan con la intervención. Este alejamiento todavía existe en algunos lugares, pero lo que quiero destacar aquí es la laguna que, a veces, he visto entre este profesional que está en la cancha y su propio atleta y el Técnico. A veces distante de más, a veces, demasiado cerca...

El juego dramático y el Psicodrama en general, tienen el poder de aproximar mucho al psicólogo y al atleta,⁵ y hacer que esa relación sea calurosa y afectiva, pero el profesionalismo y el discernimiento necesitan ser evidentes siempre. Y «aproximar mucho!» aún tiene su medida correcta, variable y ajustable de acuerdo con cada uno, pero ha de tener límites claros.

Hacer que el atleta se sienta cerca y acogido por el psicólogo y mantener la distancia necesaria para que ambos puedan observarse, es una tarea sutil y esencial de cualquier profesional de la PD.

Consideraciones finales

De acuerdo con mi propuesta inicial, creo haber presentado al Juego Dramático «Tribunal de Justicia»— una de las técnicas específicas del psicodrama— como un instrumento, una posibilidad más para el Psicólogo del Deporte puede recurrir en su trabajo diario. Fue mi preocupación también dejar lo más claro posible los requisitos necesarios para que su aplicación genere buenos frutos en un grupo deportivo.

Si para el nuevo milenio, la inclinación de la Psicología como un todo, según Bastos y Achcar (1994), se torne más para una acción preventiva y prospectiva que «curativa» o remediadora; si las nuevas tendencias de esta Ciencia —la Psicología General—

es incentivar el trabajo en equipos multiprofesionales y dejar de considerar apenas la dimensión intrapersonal del individuo, veo al Psicodrama, a través de juegos dramáticos, como un buen instrumento para eso ya que busca, entre otras cosas:

La experiencia, la vivencia de una atleta al asumir la defensa del papel del técnico en el «Tribunal de Justicia», por ejemplo, puede hacer que esta atleta, en un futuro—o quien sabe en el propio presente— ayude a transformar una realidad de su Deporte que necesita ser mejorada (carga horaria de entrenamientos, frecuencia y horarios de juegos o contratos con patrocinadores, por ejemplo). Esto se encuentra con las nuevas exigencias de la práctica de la Psicología cuando Bastos y Achcar (1994, p. 256) afirmaron que *«El compromiso y la preocupación del profesional de Psicología ahora se entiende, buscando además de la atención a las necesidades individuales, un compromiso por la transformación social»*.

- preservar y atesorar las relaciones interpersonales (además de la intrapersonal);
- trabajar con la parte sana del individuo y, en el *role -playing* desarrollar papeles también en términos profilácticos;

Considerando específicamente las nuevas tendencias de la PD, percibo al Psicodrama, sus técnicas y juegos pudiendo contribuir bastante para el avance de esa Ciencia del Deporte. Encuentro en Horn y Dewar (1992) el deseo de que los nuevos rumbos de la PD, se encuentren involucrados con más ética, y con mejores informaciones sobre el «cómo hacer» y el «por qué hacer». Estos autores piden también un trabajo de prevención y de cuño educacional, así como Cruz (1997) que señala como hecho orientador para el futuro del papel del psicólogo, el papel preventivo y la función educativa.

Creo que con la aplicación del juego dramático en la PD, estas solicitudes pueden ser atendidas, pues con ella trabajando el «cómo» y el «por qué» en la acción, fue posible aumentar la percepción de las interdependencias; reconocer los diferentes papeles vividos en aquella determinada modalidad; fue aclarando algunos «porqué» en las conductas deportivas, entre otros.

Williams y Straub (1992, p.30) también sugieren transformaciones en la actuación de la PD para que haya un buen desarrollo y crecimiento del área. Ellos destacan la necesidad de considerar los principios éticos en la aplicación de la PD, y se refieren también al objetivo de desarrollo personal del atleta. Una experiencia bien orientada en juegos dramáticos, y más específicamente en el «Tribunal de Justicia», puede llevar al deportista— atleta o técnico— a *insights* importantes en este sentido. Trabajar con juegos dramáticos en PD es trabajar también con el desarrollo personal de cada atleta, pues en el acercamiento psicodramático no existe cómo desvincular el desarrollo deportivo de lo demás, conforme fue posible observar en los testimonios presentados anteriormente.

En la entrada del siglo XXI, el Deporte, como uno de los grandes fenómenos de expresión, necesita, según Tubino (1993) reformular y reorientar sus paradigmas. Los profesionales de la Psicología del Deporte necesitan entonces, acompañar tal conducta y, aprovechando ese movimiento, ampliar el trabajo, además de las aplicaciones de test y simples diagnósticos de conflictos. La carencia del momento, me parece que es de psicólogos más tornados hacia valores humanos esenciales. Aquellos profesio-

nales que no más miran a los atletas como «máquinas de hacer goles o canastas», pero sí los verían como seres humanos que pueden, a través de una práctica deportiva más conciente, encontrar autonomía, placer, trascendencia.

Quiero, como Psicóloga del Deporte, continuar defendiendo el deporte de alto rendimiento, pero se hace necesario mejorar algunas «tácticas» de juego, para que se pueda perfeccionar el «performance» de la Psicología del Deporte. Si existe el deseo de más **campeones**, necesitamos preservar sus relaciones intra e interpersonales.

Tubino (1993) lanza el desafío:

La intelectualidad del mundo deportivo comienza a ensayar un movimiento de reestructuración ética del deporte. La tendencia es el delineamiento de un nuevo espíritu deportivo, lo cual pasa a comprometerse con las nuevas tendencias sociales del deporte (p.138).

Yo acepto el desafío y comienzo a confiar. Confiar en líneas espiradas, que «insisten» en converger hacia la esencia del YO-TU.

Referencias

- Al Huang, C. y Linch, J. (1992). *O Tao do Esporte*. São Paulo: Best seller.
- Bastos, A. V. B y Achar, R. (1994). Dinâmica profissional e formação do psicólogo: Uma perspectiva de integração. In ACHCAR, R., *O Psicólogo Brasileiro*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Bomfim, E. M. (1994). Psicología Social, Psicología do Esporte e Psicología Jurídica. En Achcar, R. *O Psicólogo Brasileiro*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Cruz Feliu, J. (1997). *Psicología del Deporte*. Madrid: Síntesis.
- Davoli, C. (1999). Aquecimento- caminhos para a dramatização. En Almeida, W. C., (ed.) *Grupos: a proposta do Psicodrama*. São Paulo: Ágora.
- Feltz, D. L. (1992). The nature Sport Psychology En: Horn, T. S. (ed.) *Advances in Sport Psychology*. Champaign, Il.: Human Kinetics Publish.
- Franco, G. S. (1990). A contribuição do Psicodrama na formação do atleta. Actas del VII Congresso Brasileiro de Psicodrama. Rio de Janeiro.
- (1993). Técnicas Psicodramáticas- um recurso para a prática da Psicologia do Esporte. Actas del VII Congresso Mundial de psicologia do Esporte. Lisboa.
- (1998a). Quando o Esporte encontra o Psicodrama. *Cena-Jornal da FEBRAP-Federación Brasileira de Psicodrama*, 15, (1), janeiro.
- (1998b). Inteligencia Emocional no contexto esportivo. *Revista Ceciliansa*, 10.
- (2000a). *Psicología no Esporte e na Actividade Física- Uma coletânea sobre a prática com Qualidade*. São Paulo: Editora Manole.
- (2000b). Quando o Esporte encontra o Psicodrama. En Rubio, K. (ed.) *Psicología do Esporte*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- (2001). *Jogando com o Psicodrama: Uma contribuição para a Psicologia do Esporte*. Tesis de Master - Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas/UNICAMP.
- Gonçalves, C., Wolf, J y Almeida, W. C. (1998). *Lições de Psicodrama*. São Paulo: Ágora.

- Horn, T. S. y Dewar, A. (1992). A critical analysis of knowledge construction in Sport Psychology En Horn, T. S. *Advances in Sport Psychology*. Champaign, Il.: Human Kinetics Publish.
- Kellermann, P. F. (1998). *O Psicodrama em foco e seus aspectos Terapêuticos*. São Paulo: Ágora.
- Machado, A. A. (1997). (org) *Psicología do Esporte- Temas Emergentes*. São Paulo: Ed. Ápice.
- Millman, D. (1995). *O atleta interior*. São Paulo: Pensamento.
- Moteiro, R. F. (1979). *Jogos Dramáticos*. São Paulo: Mc.Graw Hill.
- Moreno, J. L. (1978). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix.
- (1993). *Psicoterapia de grupo e Psicodrama*. Campinas: Psy.
- (1994). *Quem sobreviverá: Fundamentos da Sociometria, Psicoterapia de Grupo e Sociodrama»* vol II e III. Goiania: Dimensão.
- Tubino, M. J. G. Uma Visão paradigmática das perspectivas do Esporte para O início do século XXI. En Moreira, W. W. (1993), (ed.) *Educação Física e esportes: perspectivas para o século XXI*. Campinas: Papirus.
- Williams, J. M. y Straub, W. F. (1991). Nueva Psicología del Deporte: pasado, presente, futuro. In Williams, J. M. (ed.) *Psicologia aplicada ao esporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Yozo R. Y. (1996). *100 jogos para grupos- Uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas*. São Paulo: Ágora.