

Dinámica de la personalidad

Los mecanismos de defensa y las motivaciones en la conducta del atleta

Por J. ROIG IBÁÑEZ.

En tanto vamos completando, con vistas al Congreso Internacional de Psicología Deportiva a celebrar en Roma en la próxima primavera, un amplio estudio experimental sobre los mecanismos dinámicos y motivaciones que el atleta pone en juego durante el entrenamiento y competición, consideramos en este artículo algunos casos idiotípicos importantes registrados en el curso de nuestras revisiones, con la ilustración, descripción lewiniana e interpretación adecuada, consignando, las ventajas y conclusiones a que hemos llegado tras los interviús y terapia iniciada con tales sujetos.

Con ello sólo afianzaremos a los responsables y entrenadores en la necesidad perentoria de que se realice sistemáticamente una revisión profunda de la personalidad del atleta, de considerar los mecanismos dinámicos y la evolución psíquica individual, con objeto de afrontar con satisfacción un plan integral de formación atlético-deportiva, frente a cualquier competición Nacional u Olímpica.

Sabemos de la importancia que tiene el axioma holístico que afirma: «en cada uno de nuestros actos actuamos con toda nuestra responsabilidad y nuestro modo de ser, nuestra idiosincrática evolución psicológica, está presente en cada actividad personal». Es un hecho que la Gestalt ha evidenciado frente a concepciones dinámicas fragmentarias y en demasía fisiológicas, como el behaviorismo, asociacionismo,

etcétera. O frente a una consideración unilateral de lo biológico, en la puesta a punto del atleta, omitiendo parcialmente el hecho fundamental de que el hombre puede, en cualquier sector vivencial, *compensarse, frustrarse, evadirse, proyectarse...* a pesar de sus excelentes o deficientes condiciones fisiológicas y constitucionales.

Lo primero, porque ya se desvanecieron las teorías explicativas, sobre el planteamiento, científico del comportamiento, basadas en la intencionalidad (del para que), en el condicionamiento de la corriente positivista y mecanicista que explicaba nuestra conducta en función del par S-R: «A estímulos idénticos convienen reacciones uniforme y constantes», sin tener en cuenta la ley general de WUNDT: «Hay más en el consecuente que en el antecedente»; interesa conocer el «por qué» de nuestras actitudes, las motivaciones y determinantes de nuestro actual modo de ser y reaccionar: los psicólogos, (TOLMAN, FREEMAN) tomaron de la biología el concepto de homeostasis aplicándolo a la totalidad psico-física de la conducta, definiéndola como actividad destinada a mantener la homeostasis y adaptación al medio en que vive, retornando así a la concepción unitaria del hombre COMO UN TODO INTEGRADO. Lo segundo, porque el biologismo de DE-MOOR, el asociacionismo y condicionamiento de PAVLOW y THORNDIKE, que reducen la

acción al simple reflejo, las experiencias sobre racimos exclusivistas han «quedado» afortunadamente en un osado totalitarismo psicológico y humano, de tipo exclusivista.

Como escribimos mayormente interesados, para médicos, entrenadores, profesores de Educación Física, practicantes deportivos y directivos, no será gratuito recordar unos principios generales sobre la dinámica de nuestra conducta individual y en grupo, técnicas de exploración y las bases de una psicoterapia encaminada a mejorar el comportamiento y relaciones interindividuales, antes de exponer los casos experimentales.

I. Sabemos que la dinámica de la conducta se explica en función de:

a) *Su génesis*: Motivaciones que la originan, determinadas éstas, por necesidades, impulsos e incentivos.

b) *Sus principios fundamentales* que regulan el comportamiento y actividades permitiendo la explicación del análisis procesal y factorial de la personalidad.

c) *Sus objetivos* o intereses propios de cada edad, que deducimos de las experiencias «en los diferentes grupos de edad».

Toda conducta o comportamiento tiende a adaptarnos a las situaciones y ambientes con el fin de alcanzar los objetivos demandados por las necesidades, pero en lucha u oposición de fuerzas, conscientes e inconscientes: son los «obstáculos» que se manifiestan como «conflictos vitales». ENGLISH señala cuatro tipos fundamentales: 1.º *Entre el yo y el mundo físico*: Adaptación al ambiente físico. 2.º *Entre el instinto y el superego*: Adaptación moral y religiosa. 3.º *La lucha por la existencia*: Adaptación socio-profesional y económica. 4.º *Entre el yo y el grupo social* en el que debe integrarse.

Si el obstáculo se presenta como «superable», el individuo progresa: Hay adaptación normal de la conducta a la situación y las necesidades tienen su adecuada satisfacción.

Si se presenta como «insuperable», surge la angustia: es el sentimiento del yo amenazado que puede abocar a las patologías mentales.

Si se presenta como «difícil», surgen las compensaciones, evasiones, proyecciones, frustraciones, etc.

a) **GENESIS: Motivaciones.** — Tres teorías se disputan la hegemonía para su explicación:

1.º *Instintivismo*: $\boxed{\text{Persona}} \longrightarrow \boxed{\text{Ambiente}}$
 $C = F(P)$. La conducta se explica en función de los instintos e impulsos, aspirando a la satisfacción de las necesidades básicas.

2.º *Conductismo*: $\boxed{\text{Persona}} \longleftarrow \boxed{\text{Ambiente}}$
 $C = F(A)$. La conducta se explica en función de la situación que determina unas reacciones prefijadas: «A idéntica situación, idéntica reacción».

3.º *Psicobiológica*: $\boxed{\text{Persona}} \longleftarrow \boxed{\text{Ambiente}}$
 $C = F(P, A)$. La conducta se explica en función del yo (idiotipo) y ambientes (fenotipo), dependiendo así el comportamiento de tres factores básicos: *Necesidades, estructura y constitución anatómico-fisiológica individual, y naturaleza del medio en que se desenvuelve*; esta triple determinación de la conducta se patentiza en las diferentes formas de satisfacerse una misma necesidad, según la especie animal en que aparece y según el lugar en que vive.

b) **PRINCIPIOS DINAMICOS.** — Tales principios, que rigen nuestra conducta, son:

— *Principio del placer* que nos impulsa hacia el placer (en su amplio sentido), hacia lo conocido y vivenciado gratamente, evitando el dolor.

— *De la realidad* que modera y condiciona las experiencias, imponiendo unas frustraciones necesarias.

— *De la homeostasis* que rige el equilibrio «necesidad-satisfacción», regulando el estado tensional emotivo de la persona.

— *De la economía* que impone el descanso alternado tras la satisfacción de una necesidad.

— *De repetición* por el que el ciclo vivencial se repite y ansiamos reexperimentar lo vivido (incluso lo desagradable, como ocurre en los traumatismos neuróticos).

c) En tanto que el YO actúa al compás de 8 mecanismos básicos: Para satisfacer sus necesidades el yo, resuelve *identificándose* con el «OTRO» (padres, hermanos, maestros, etc.) adoptando actitudes del otro, estructurando así el complejo de actitudes que determina la conducta de su personalidad social; para ello sobreviene la *introyección* de tales actitudes (MEAD afirma que la actitud se origina cuando el individuo se «coloca» en lugar del otro al que imita: 1.º introyectando la persona y luego la despersonaliza, hasta abstraer la norma. Entonces *proyectamos* nuestros estados internos, —descargando y aliviándonos de la tensión emocional— sobre el medio que nos rodea;

y nos *sentimos participes* con los que comparan nuestras vivencias.

Pero ante el obstáculo o conflicto, el yo reacciona diferentemente: Si puede superarlo, hay evolución normal y existe una respuesta adecuada con adaptación al problema o situación a superar. Si no puede superarlo (es en este caso donde juega muy fuerte el proceso evolutivo individual, con traumas, frustraciones, conflictos no solucionados) el individuo *regresiona* y *reprime* tales apetencias, originando la consiguiente frustración y agresividad en su conducta (insubordinaciones, actitudes críticas, nihilismos, onanismos...). *Se fija* en estadios evolutivos anteriores con actitudes y formas más fáciles de adaptación, adoptando formas

secundarias de compensación, evasión y defensa, marcado todo ello por un sentimiento de frustración y hostilidad.

II. Exponemos seguidamente los cinco casos clínicos con perturbación efectiva, ilustrándolos e interpretándolos adecuadamente.

1.º Ejemplo de SUBLIMACION Y COMPENSACION: Atleta de 20 años, Categoría nacional, hijo único y gemelo a su vez de otro varón fallecido; de familia modesta, se muestra desplazado afectivamente y profesionalmente acusando un cierto grado de madurez psicosocial.

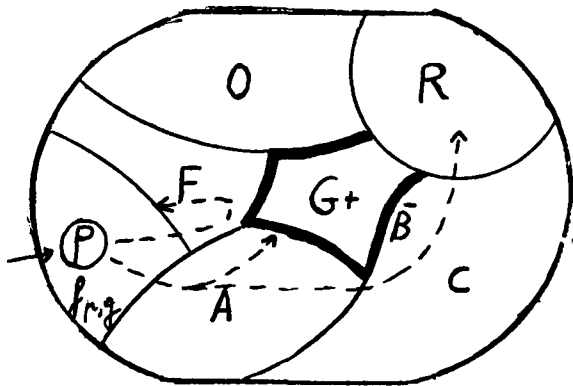
He aquí su ficha psicotécnica:

Carácter	Personalidad	Inteligencia	Atención Conc. y disp.	Sociabilidad	Niveles
EnAP Propenso a la melancolía.	Susceptible, inseguro, defectuosa visión de la realidad.	30 Concreta y gozo en lo intuitivo.	30-60 Rápida fatiga: psicastenia.	Coefficiente 2 16 rechaces y 8 elecciones.	Exp. Quimérico y soñador que no ignora sus posibilidades, afán de quedar bien.
Gran variabilidad de humor.	Desplazado.	Dificultad de concentración y defectuosa comprensión.	Influenciable por los fracasos.	Distanciamiento y nostalgia: lucha vital.	Asp. Pesimista, despecho y resentimiento.
Muy sensible.	Introvertido y tensión.				5) --> 8-7 5-5 4-8 6-15 10-5 5-6 3-5

Las entrevistas sostenidas nos han permitido elaborar esta interpretación: Hijo único de familia muy modesta y de profesión que él desprecia por juzgarla poco digna socialmente. Su padre, hombre rígido, le presiona para que prosiga su oficio, puesto que no posee notables facultades intelectuales. Durante su infancia prefirió los juegos solos y acusó la falta de convivencia fraternal aislándose, prestándole el hogar poco afecto, por lo que siempre prefirió el ambiente escolar. Así las relaciones familiares se han mantenido siempre en tensión, creando en él un profundo resentimiento hacia la condición profesional paterna que intenta superar. Dado que sus facultades intelectuales no son aptas para el estudio, ante la perspectiva de un trabajo «inferior», sobreviene la COMPENSACION Y SUBLIMACION: busca sobrevalorarse, proponiéndose fines elevados y quiméricos; se le ofrece la oportunidad en el deporte, y nos hallamos ante una persona que, dotada de complejión fisiológica deficiente, se revela como atleta de valor.

Su comportamiento en la pista siempre está motivado por una idea de sobrevaloración, marcado individualismo y fuerte agresividad, que le permite «demostrar» su valor... ¡pero ficticio y compensado patológicamente! Observamos así una conducta anormal: Lo da todo, apura su capacidad de esfuerzo físico con absoluto desprecio de la dosificación y cálculo de posibilidades (como se revela en sus «scores» del nivel de expectación).

El gran peligro, para su personalidad, y con ello vendrá el brusco derrumbamiento de un gran *atleta compensado*, reside en el primer fracaso que le sobrevenga: Al ignorar sus posibilidades bajo el impulso de fines imaginarios, dotado de unos niveles imprecisos, privado de auto-control, sólo motivado por un resentimiento y temor a un porvenir profesional indecoroso, nos hallamos ante una personalidad tremendamente mutilable y abocada a un peligro casi inevitable de traumatización psicológica.



P = Persona; G = Situación profesional deseada; R = Recordmans atléticos de compensación; B = Barrera que se opone a sus aspiraciones; A = Ambiente; C = Compañeros; F = Familia; O = Ocupación actual; fp,g = Fuerza impulsiva; fp,B = Fuerza restrictiva de la barrera que le impone desviación-compensadora hacia R y regresiones en la familia.

2.º Ejemplo de PROYECCION Y FIJACION: Atleta de 25 años, con marca notable; es el quinto sobre 6 hermanos. Presenta inseguridad emocional y angustia con fuertes síntomas de edipianismo mal liquidado.

He aquí su ficha psicotécnica:

Carácter	Personalidad	Inteligencia	Sociabilidad	Niveles
EnAP: intensa emotividad. Poco dado a lo sexual. Subestimación de sí mismo. Propenso al masoquismo.	Inseguridad, angustia y ansiedad. Marcada abulia y falta de iniciativas: tendencias débiles. Introversión, inhibición y auto-disciplina.	50 Unilateral y poco original. Cerrazón y concentración. Poca fantasía, intuición.	Tendencia al aislamiento, porque su problemática deriva de un edipianismo.	Falta de exigencias no afectándole los fracasos: Conoce sus posibilidades y sabe controlar sus scores con ritmo progresivo. Poca agresividad, pero susceptible. 7) — > 7-6 7-6 6-5 5-4'50 5-5 4-4

La anamnesis individual nos conduce a esta interpretación: De familia acomodada, cuya situación ordinal familiar le sitúa entre dos hembras, sus relaciones con el mayor fueron siempre tirantes —proyección del padre muy exigente— y mostró siempre predilección por la tercera hermana a la que adora como «su madre». Ese conflicto edipiano lo crea una personalidad insegura y necesitada de un ideal hipostatizado en que siempre se proyectará y al que se fijará (despersonalizando su responsabilidad). Estudiante irregular, se siente desplazado del hogar al ser internado: comienza su resentimiento y rivalidad fraternal ante los éxitos del mayor al que, al propio tiempo, convierte en ese ideal, hasta que descubre que tal hermano no merece su admiración (porque descubre que era como su padre, indigno de ser imitado debido a su conducta). Ello le encierra más en esa inseguridad y acusa falta de madurez sexual: ante la mujer despliega una actitud acentuada de protección y admiración por proyección de la imagen materna... «Siempre que frecuento una mujer siento desazon porque

creo en su virginidad»... «Ellas son las que cargan con la iniciativa».

Esa inseguridad emotiva, inestabilidad y angustia le plantean, como en su vida profesional, una actitud de PROYECCION Y FIJACION, fracasos continuos en las pistas, a pesar de sus condiciones atléticas, por abulia y falta de convencimiento propio, por fijación a ese ídolo necesario, siendo incapaz de despojarse de tales fijaciones.

Hablando con él de esta problemática le convencimos de la necesidad perentoria de «Self-actualización», imponiéndose un triunfo importante para iniciar su recuperación atlética, aunque para ello es imprescindible una terapia reeducativa y seguridad profesional que le prive de tales fijaciones tomándose a sí mismo como ideal.

Ampliamos e ilustramos lo antedicho con las siguientes interpretaciones dadas por el entrevistado con el T.A.T.:

Lámina III: «un joven duerme sentado sobre el suelo, con su brazo derecho sobre el ban-

co y su cabeza sobre el brazo. Su posición denota tristeza, posiblemente ha sido abandonado por su familia o la ha perdido (demostración de su inseguridad y temor al futuro). Se ha encerrado en sí mismo (fijación); antes de dormirse le han pasado por su inteligencia muchas situaciones del futuro... Se siente cansado y extraviado».

Sigue así en la lámina VI: «Una madre e hijo despidiéndose; la madre con el rostro resignado y mirada soñadora porque quizás ve la vida de años atrás cuando su hijo era todavía un niño (añoranza del seno materno e inseguridad actual). Le vuelve la espalda a su hijo que se va, preocupado y triste, a decirle a su madre lo que ella presente: que va a casarse...». (Aparece claramente el conflicto edipiano y fijación a la madre).

Y comprobamos la rivalidad paterna y fraterna en la lámina VII: «Dos hombres uno, viejo y otro joven, donde el primero trata de influir en la mente del segundo, que parece ser influenciado debido a su desequilibrio apreciable en su rostro... El viejo es de rostro impenetrable, ojos casi cerrados que ocultan su tem-

peramento, pero hay un aire de resentimiento buscando el desquite influyendo en el joven que acompaña: Hay conspiración y malas intenciones en el viejo».

El superego edipiano se manifiesta en estas palabras en la lámina XIII: «...La mujer no es el motivo de esta actitud; ella sólo ha despertado su problema, que está en él, aunque ella está fuera de la escena y es el puente de entrada del problema. Es lucha de principios morales pues él pensaba que no sería capaz de hacerlo material o espiritualmente y esto le hace sentirse culpable».

Por eso acaba por confesar en la lámina XVI: «Mi problema es doble: mis relaciones con la que creía ser mi novia... y mi problema deportivo. ¿Qué ocurrirá este año?...».

Pues... ocurrió que no mejoró, sino que empeoró, porque el problema subsiste.

3.º Ejemplo de SUBSTITUCION Y TRANSFERT LIBIDINAL: Atleta de 21 años, montañismo, es el cuarto sobre 6 hermanos y su ficha es como sigue:

Carácter	Personalidad	Inteligencia	Sociabilidad	Niveles
EnAS. Inestable. Ensimismado. Seria concepción de sus problemas. Poco sentido práctico y soñador. Honrado y fidedigno.	Insegura, rígida e inflexible y poco comprensiva. Psicastenia. Superego muy exigente e inhibición con fuerte edipianismo.	50 Aprendizaje lento, ritmo regular y buena fijación. De acción lenta en la reflexión.	Deficiente, producida por un superego rígido. Malas relaciones fraternales. Demasiado detallista y minucioso.	6) ———→ 6 — 6'5 5'5 — 6'5 5'5 — 5 4 — 4'5 3'5 — 4 2'5 — 3'5 Infantilismo afectivo, ansiedad, insatisfacción de sí y ante los demás desestima su trabajo actual. Relaciones sociales y familiares en conflicto.

El análisis clínico nos sitúa frente a una personalidad con clara actitud edipiana: El, frente a un padre bohemio, protesta inconscientemente y pretende ocupar «el lugar de esposo» que ni su padre, ni su hermano mayor, son dignos de desempeñar: Sólo él, con su conducta virtuosa, fiel y repudiando todo lo sexual, y amando la pureza de la montaña. Así se presenta, como joven puro (su afición a la montaña por el aire limpio, es símbolo de la pureza; en tanto que la ciudad y las diversiones en local cerrado simbolizan el vicio); por eso rechaza la aglomeración, deportes cerrados... renuncia

a las mujeres (complejo de castración), «que son malas ya que pretenden hacerle perder su pureza, lo que no gustaba a su madre». Asimismo renuncia a la vida en grupo, odiando conscientemente a su hermano mayor, ya que es imagen de su padre, optando por una actitud de desobediencia, que no es tal para él, ya que es el mejor y es superior al primogénito.

El transfert libidinal se corrobora en su actitud con el hermano pequeño que se muestra «descontento» porque sigue los pasos del mayor; se muestra moralista, reprendiéndole y reprochándole las compañías femeninas, confir-

mando así ese afán de substituir al padre para ser el marido ideal y padre modelo de los hijos.

He aquí, pues, un montañero, con profunda afición a la naturaleza, que estriba y es motivada por su problemática afectiva, superego rígido y traumatismo edipiano.

4.º Ejemplo de REGRESION E INHIBICION-EXCUSA: Ante toda situación idéntica a la primitiva traumática. De 21 años de edad, se presenta a consulta por una «lesión compensadora», cuando el traumatólogo diagnostica

restablecimiento total de la lesión. Comprobamos efectivamente que tal lesión es «Leif-motiv» que surge cuando al sujeto se le presenta de nuevo una situación insuperable y traumatizante, desencadenando una rivalidad. Descubrimos una psicosis maniaco-depresiva por problema afectivo-familiar.

Ante toda situación de exigencia y competencia el sujeto se inhibe, se retrae y regresiona alegando insomnios, depresiones, cefalalgias... y fobias.

He aquí su ficha psicotécnica:

Carácter	Personalidad	Inteligencia	Sociabilidad	Niveles
EAS Impulsivo y alta tensión.	Psicosis. Fobias.	40 Pseudo - oligofrenia histérica o complejo de inteligencia.	No constituye elemento perturbador ya que el grupo sabe comprenderlo.	3) ———> 4 - 3 3 - 3 3 - 2'5 2'5 - 2'5
Tendencia a la compensación.	Catatonía e introsversión.	Aprendizaje irregular.		Intento de compensar su sentimiento de seguridad, con reserva y temor al porvenir, imprecisión y exigencia del medio.
Fantasma que aumenta el resentimiento.		Deficiente atención.		

Le aplicamos un T.A.T. y un Roschach que nos permitieron colaborar el diagnóstico, elaborando su proceso patológico a través de una serie de entrevistas, con que llegamos al nudo del problema.

La extensión del tratamiento es tal que merece ser objeto de un solo artículo. Sólo es citado aquí como ejemplo de regresión que en

el deporte se manifiesta por «rivalidades y lesiones compensadoras». Su postura es consecuente: Cuando surge otro compañero que le supera o iguala... ¡sobreviene la fase depresiva!

Nos proponemos exponer, en otro artículo, las técnicas adecuadas para su tratamiento, que fueron iniciadas con alguno de ellos.