

Copa Davis: Una derrota constructiva

por Romina Platarotti, especial para Revista Fox Sports, Fox Sports International

Publicado el: 29 de Noviembre, 2008, 12:53 PM Bs.As.

La ex gimnasta olímpica Romina Platarotti es Licenciada en Psicología, especializada en Clínica y Deporte. Ella nos brinda otra mirada con respecto a la derrota de Argentina frente a España en la final de la Copa Davis. El proceso interno y la preparación psicológica que significa una definición de este estilo.

En estos días se han barajado diversas hipótesis que intentan explicar la derrota del equipo argentino en esta edición de la final de la Copa Davis. No es mi intención crear una más, sino simplemente compartir algunas ideas acerca de las variables que en mayor o menor medida se presentan en las competencias deportivas: el proceso interno que significa llegar a una final y la preparación psicológica del deportista frente a este tipo de eventos, por ejemplo.

Para ello habría que tener en cuenta:

1- El rival también juega. Antes que nada, hay que reconocer que el rival puede llegar a ser superior: mejor estado físico, mejor preparación mental, mayor espíritu de equipo.

2- Errar es humano. Se yerra, en este caso, probablemente por muchos factores. En mi caso, a la hora de competir no se trataba sólo de la preparación física, sino que tenía que luchar contra la dirigencia, la improvisación, la competencia a nivel pares (que siempre existe).

3- Los partidos se empiezan a ganar en la cabeza. Esto es: la preparación psicológica del deportista, advirtiéndole sus puntos flacos, reforzando sus fortalezas, ayudándolo a evitar las presiones, a tomar la competencia con responsabilidad y con alegría. Tener presente no sólo el objetivo deportivo que se anhela, sino también el plan y el curso de acción para lograrlo.

4- "No subirse a la derrota". No se trata de hacer leña del árbol caído, esto implicaría también cerrar los ojos ante los errores cometidos y desaprovechar oportunidades para trabajar, mejorar y sobre todo para planificar no sólo la parte física del deportista, sino también el sostén del factor psicológico y anímico a nivel individual y grupal. Evitar que factores externos, (dirigencia, organización) afecten el rendimiento y contar con una gran capacidad para aprender de los errores.

Más allá de los resultados y las expectativas que a veces no se cumplen, entiendo que de las experiencias (por lo general las que menos nos gustan) podemos aprender, volvernos más sabios y seguir adelante en busca de nuevos sueños.



Los españoles festejan, los argentinos miran desconsolados.
(Juan Mambromata / Getty Images / Fox Sports International)