Desarraigo y Fútbol



Etimológicamente, la palabra desarraigo significa “extracción de la raíz de una planta” A partir de allí, esta palabra se ha aplicado en sentido figurado a la acción del hombre, haciendo referencia a los cambios en las relaciones interpersonales como del lugar físico. Así, decimos figurativamente se encuentra “sin raíces”.

Paso a Paso

Esta situación se observa por ejemplo en los deportes como el fútbol amateur, con aquellos jugadores que se trasladan desde diferentes localidades de la provincia o del país para jugar en un club “grande”, en donde las posibilidades de llegar al profesionalismo son aun mayores.

Estos jugadores experimentan cambios: A) de vivir en su casa a vivir en una pensión (con gente, normas, hábitos distintos); B) cambian el entorno social: se encuentran lejos de sus familias, de sus amigos, de sus novias, de sus afectos y emprenden nuevas relaciones sociales, nuevas maneras de convivir, etc.; C) cambio de escuela, si se continúan los estudios u otras formaciones; D) cambios en el ritmo y de las exigencias del entrenamiento (en la mayoría mucho mayor a lo que venían acostumbrado); E) cambio de su rol dentro del equipo: muchos jugadores dejan de ser la figura que eran anteriormente en el equipo de su pueblo y pasan a ser un miembro mas, estos entre otros cambios que se pueden observar.

Esto implica una importante repercusión en la vida emocional de los jugadores, teniendo que adaptarse a nuevas situaciones. Las mismas, cuestan mucho, y en cada caso particular tienen un matiz diferente. Un jugador que no se adapta

adecuadamente no puede rendir eficazmente ni integrarse al grupo.

La psicología del deporte, pone de manifiesto la importancia de acompañar al jugador en este proceso de adaptación. Esto puede realizarlo cada uno desde su lugar: el coordinador, los directivos, los entrenadores, preparadores físico, las tutoras de la pensión, el cocinero, los diversos profesionales que tienen contacto con los adolescentes (medico- nutricionista- asistente social- psicóloga), etc. En la misma dirección, es muy importante que los adultos que rodean a estos jugadores fomenten el compañerismo entre los jóvenes que habitan en la pensión, intentando la integración y el apoyo mutuo. Esto adquiere fundamental relevancia si consideramos –nuevamente- el período etáreo en el que se encuentra la mayoría: la adolescencia. En esta etapa, el grupo de pares es crucial para el bienestar del joven y la identidad que está construyendo, pasando de ser niño a volverse un adulto. “Irse de casa” involucra nuevas y mayores responsabilidades que aceleran este proceso de crecimiento. Mas allá del deporte y su vocación por el mismo, los amigos se vuelven una pieza clave para el sostén del joven.

Cuando no hay adaptación, se manifiestan los conflictos (muchos de ellos típicos de la adolescencia) que frente al desarraigo se acrecientan. ¿Cómo se expresan estos conflictos? El deportista básicamente lo manifiesta a través de sus emociones y conductas: deportivamente rinde menos de lo que se espera; siente desgano en los entrenamientos; impuntualidad; se observa ansiedad, confusión, retraimiento, temores; aparecen los problema de confianza, motivación, la poca tolerancia a la frustración; pueden sufrir de estrés que muchas veces lleva a lesiones deportivas.

¿Cómo podemos ayudar para que se supere el desarraigo? Lo mas importante es el sostén de cada jugador dentro de la pensión, es decir acompañarlo en estas nuevas modificaciones de su vida, generando espacio de escucha, participación en la toma de decisiones, realizando actividades recreativas en donde cada uno pueda expresar lo que siente, intentando que busquen otras alternativas que los acerquen al bienestar, a su vocación, a lo que desean ser.

por Alejandro Luis Trionfini