

Cuidado con la obsesión por ganar

FERRAN RAMÓN-CORTÉS 11/09/2011. elpais.es

Vivimos en un mundo acelerado. Competimos en el deporte, en el trabajo, en todo. Y parece que ganar es siempre el objetivo. ¿No era participar lo importante?

Fui a un partido de baloncesto de mi hija. Una competición escolar de niñas de 11 años. El partido estaba reñido, y ambos equipos luchaban con pasión. A mitad de partido, la entrenadora del equipo contrario empezó a discutir las decisiones arbitrales con inusual agresividad. Y los padres, que habían comenzado con algunos gritos de ánimo, hacía un buen rato que habían perdido los papeles y se comportaban como auténticos *hooligans*, estimulando una competitividad desmesurada y sin dudar ni un instante en insultar literalmente a los contrarios.

"En el plano educativo es recomendable que el reconocimiento venga por la preparación concienzuda del examen, no por la nota"

Perdimos el partido, y la celebración del otro equipo fue una exhibición de arrogancia y humillación del contrario absolutamente fuera de lugar. Una provocación en toda regla, a la que se unió el hecho de que la entrenadora contraria le negó el saludo a nuestro entrenador.

A la vista de aquel triste espectáculo, hice todo el camino de vuelta a casa cuestionándome si mi hija debía continuar en el equipo, y preguntándome qué sentido tenía todo aquello: ¿qué aprendía mi hija de aquella competitividad fuera de límites?, ¿a qué rincón del olvido habíamos relegado la famosa frase del fundador de los Juegos Olímpicos modernos que afirmaba: *lo importante es participar?*

Competitividad sana e insana

"El segundo es el primero de los perdedores" (Ayrton Senna)

La competitividad es una característica intrínseca a la especie humana. Su origen se encuentra en la necesidad de aparearse. Así pues, muchas de las actitudes de competitividad de los humanos están gobernadas por los mismos procesos que nos hacen luchar por la pareja deseada.

Dicho esto, hay distintas maneras de ver y vivir la competitividad que la hacen funcional o disfuncional. La frase aquí reproducida del desaparecido campeón de fórmula 1 expresa muy bien el sentimiento que frecuentemente existe en el deporte de élite y lo gobierna.

Existe una competitividad *sana*, basada en nuestro esfuerzo por conseguir un objetivo. Esta competitividad nos ayuda porque nos lleva a dar lo mejor de nosotros mismos, a progresar, a buscar nuevas estrategias para superarnos, a descubrir y aprender de nuestros errores y a buscar nuevas soluciones para mejorar. Si un equipo de baloncesto no se esforzara por ganar al contrario, poco avanzaría en su desarrollo. Es, por tanto, absolutamente deseable porque, si no, no progresaríamos.

Pero hay también una competitividad *insana*, basada en obtener la victoria a toda costa, que, lejos de ayudarnos, nos genera estados de insatisfacción, de estrés, y nos bloquea, porque cuando no la obtenemos, sentimos un alto grado de frustración que a menudo expresamos en forma de agresividad, de quejas, de polémicas e incluso de desprecio por los demás. Esta competitividad nos lleva en ocasiones a comportamientos antideportivos o poco éticos (¿quién no recuerda un famoso gol con la mano en un Mundial?), que poco dicen de nosotros como personas. Cuando en el deporte, en el trabajo o en nuestras relaciones estamos dispuestos a hacer trampas o a destruir al contrario para conseguir ganar, esta competitividad no es en absoluto funcional, porque no va destinada al crecimiento personal, sino a la pura victoria sobre los demás.

Es distinto perder y fracasar

"Lo esencial en la vida no es el éxito, sino esforzarse por conseguirlo" (Pierre de Coubertin)

El éxito tiene que ver con factores internos, pero también externos. Perseguirlo como meta nos puede crear ansiedad. Llevar a cabo una actividad tomando el resultado como objetivo es comprar números para el estrés y la frustración. En cambio, si la llevamos a cabo centrándonos en el esfuerzo y la estrategia, estaremos desarrollando todo nuestro potencial.

Alcanzar un determinado resultado no siempre depende de nosotros. Hay factores externos (el arbitraje en el deporte, una adversidad fortuita en el trabajo...) que pueden llevarnos a un mal resultado a pesar de nuestra buena actuación. Por eso debemos tener muy presente que perder no quiere decir en absoluto fracasar, y que, en el límite, mucha gente fracasa ganando.

El esfuerzo depende de mí. El resultado depende de mí y de muchas otras cosas que yo no puedo controlar. Si me juzgo por el esfuerzo, yo decido mi éxito. Si juzgo los resultados, estoy en manos de muchos otros factores, entre ellos el azar.

Vivimos en una cultura competitiva, en la que se simulan las faltas en el deporte, se falsifican los currículos en el trabajo o se hunde a la competencia con campañas de descrédito. Todo para obtener el éxito. Pero es un éxito externo, aparente, que no nos puede dar satisfacción como personas, y que, en aquellos casos en que somos referentes, nos lleva a dar un pésimo ejemplo. Es mucho mejor perder triunfando (he hecho todo el esfuerzo posible y, por tanto, estoy orgulloso de ello) que ganar fracasando (he hecho las trampas necesarias para obtener el resultado, pero estoy muy lejos de poder sentirme orgulloso de ello).

¿Contra quién compito?

"Solo hay una competición sana: yo contra mí mismo" (Oriol Pujol Borotau)

Competir es bueno, siempre que entienda que con quien compito es conmigo mismo. No me comparo con los demás. Me comparo conmigo, y fruto de esta comparación valoro mi progreso y mi crecimiento.

En esta idea de competición no hay adversario, y no me preocupa el resultado, aunque, paradójicamente, es cuando más lo obtengo, porque es en esta competición conmigo mismo en la que doy lo mejor de mí.

Como afirma magistralmente el profesor Santiago Álvarez de Mon, "el partido interior que jugamos con nosotros mismos es el único que merece la pena (...), ahí es donde de verdad gano o pierdo".

Es nuestra responsabilidad decidir qué tipo de competitividad elegimos, y derivado de ello educar a nuestros hijos en una competitividad sana, donde seamos capaces de premiar el esfuerzo y la estrategia, y no el resultado. En un plano educativo es recomendable que el reconocimiento venga por la preparación concienzuda del examen, no por la nota conseguida, y por el buen juego del partido, no por el resultado. Celebremos la estrategia y seamos conscientes de lo aleatorio del resultado. Si celebramos únicamente el resultado, alentamos a conseguirlo por todos los medios, lícitos e ilícitos.

Y debería ser obvio que no podemos caer nosotros, como espectadores en las actividades escolares, en esta competitividad insana.

Terminamos con una frase de John Wooden, legendario entrenador de baloncesto americano: "Éxito es el estado de paz y serenidad interior alcanzado como consecuencia de la satisfacción de saber íntimamente que has hecho todo lo que estaba en tu mano para lograr el máximo de lo que eres capaz".