

TÍTULO: GESTUALIDAD Y ANTICIPACIÓN EN EL DEPORTE.

Autores: MSc Jesús Lantigua Hernández.

Institución: Facultad Cultura Física. Matanzas.

Correo: Jesús.lantigua@umcc.cu

País: Cuba.

RESUMEN.

La comunicación humana está representada por las formas verbales y las gestuales, siendo estas últimas para muchos autores, las que asumen un papel preponderante en dicho proceso.

El llamado lenguaje no verbal está representado por gestos, apariencias, posturas, miradas y toda clase de expresiones y es comúnmente calificada también como una modalidad visual gestual. Pero descifrar las ideas ocultas de los seres humanos, expuestas en esas formas corporales, es ante todo privativo de los individuos más inteligentes y de los que mayor experiencia posean.

En el ámbito deportivo son elocuentes intensas expresiones corporales muchas veces asociadas a las acciones ofensivas o defensivas. Actuar en función de esas intenciones, adelantándose al contrario, es lo que denominamos anticipación del movimiento.

PALABRAS CLAVES: anticipación, comunicación, gestualidad.

INTRODUCCIÓN.

El hombre ha requerido siempre de la comunicación para poder desarrollarse, por lo que no es posible referirse a sus disímiles actividades sin hacer alusión a las maneras que emplea para entenderse con el resto de sus congéneres.

El lenguaje es un instrumento de la comunicación humana y forma parte de su propio desarrollo, de manera que la evolución aparece asociada a la transmisión de señales de una u otra manera. Pero no en todos los autores es posible encontrar definiciones similares acerca de su formación, ello tiene mucho que ver con la aceptación del papel desempeñado por la palabra en todo ese proceso descrito. Acerca de este concepto Kaprivin (1989) expresa: "...se ha formado simultáneamente con la conciencia como instrumento de la comunicación humana y del saber, como instrumento de la actividad práctica social de la humanidad." Y más adelante atestigua: "El lenguaje existe en forma de un sistema de signos íntegro, formado en la historia."

Haciendo alusión al incuestionable papel social del lenguaje Rudik (1993) lo caracteriza de la manera siguiente: "...se denomina lenguaje al proceso práctico de utilización por el hombre del idioma, con el fin de comunicarse con otras personas."

Petrovski (1990), por su parte plantea: "...la definición más general es que el lenguaje es un sistema de signos verbales."

Rosental y Ludin (1981) lo definen como: "sistema de señales de cualquier naturaleza física que cumple una función cognoscitiva y una función comunicativa (de relación) en el proceso de la actividad humana."

De manera conclusiva no hay entonces dudas acerca del carácter social del lenguaje, así como de su desempeño como instrumento de la comunicación humana a través de los siglos y como parte de su proceso histórico de evolución, sólo que mientras los unos atribuyen un papel fundamental a las formas verbales, los otros aprecian una mayor riqueza y variedad en todo ese proceso, caracterizado por elementos gestuales, además de la palabra.

DESARROLLO

Se ha investigado acerca de cómo el hombre se comunica con sus congéneres. Al respecto Colina, I. (1992) plantea: "...todo tipo de relación interactiva es proceso comunicacional."

El autor García, A. (1998) plantea lo siguiente: "llamamos comunicación a toda relación intersubjetiva o del individuo con su medio. En cuanto al término no verbal nos referimos a aquella comunicación en la que el lenguaje no aparece, y es suplido por movimientos o reacciones."

En este proceso global se ponen de manifiesto dos factores íntimamente relacionados: el verbal y el no verbal, los que incluyen todos y cada uno de los componentes de la comunicación.

Balmaceda y Alonso (s.a) establecen diferencias entre la lengua de signos y la lengua oral y señalan que mientras la primera utiliza una modalidad visual gestual, caracterizada por la puesta en marcha de mecanismos que permiten codificar informaciones tales como: el uso del espacio, la modificación del movimiento con el que se produce un determinado signo y la producción de movimientos no manuales (expresión facial, cabeza, ojos y posición del cuerpo), la segunda tiene otra acústico vocal.

Entre los sistemas de signos del lenguaje se encuentra el comúnmente llamado lenguaje de los gestos, el que frecuentemente se identifica aparejado a las emociones en el hombre.

No todos los autores, reconocen de la misma manera el papel de la gesticulación en la comunicación humana. Algunos como Rudik, P. (1993) plantean que: “El gesto o movimiento expresivo, que comúnmente acompaña el lenguaje del hombre es tan sólo un medio auxiliar de la comunicación.”

Otros le atribuyen a la comunicación no verbal un papel mucho más relevante. Muñoz, A. (s.a) considera que: “cuando hablamos con alguien sólo una pequeña parte de la información que obtenemos de esa persona procede de sus palabras. Los investigadores han estimado que entre un 60 y un 70% de lo que comunicamos lo hacemos mediante el lenguaje no verbal; es decir, gestos, apariencia, postura, mirada y expresión.”

La aceptación de las formas corporales como parte de los complejos procesos de la comunicación humana, es un hecho cuyo entendimiento se generaliza de continuo, lo que propicia develar insospechadas formas de transmisión de mensajes en las más disímiles facetas de la vida.

Esa denominada gestualidad entre los hombres deviene de la interacción humana. De acuerdo a la actuación de las diferentes personas la comunicación no verbal ocurre muchas veces de manera inconsciente, aunque en algunos casos sea manejada con pleno conocimiento.

Por otra parte es innegable que las posiciones corporales, los gestos manuales, las expresiones del rostro, las de la mirada, integrantes de la expresión somática, pudieran tener un valor pragmático comportamental, lo que equivale a considerar que el cuerpo puede ser puesto al servicio de la actividad cognoscitiva para transmitir ciertos significados.

Cuando el ser humano se comunica a través del lenguaje no verbal utilizando esas formas de comunicación propias del cuerpo y conoce lo que expresa el lenguaje corporal, está en condiciones de aprender mucho más sobre sí mismo, establecer relaciones con el resto de los individuos, actuar en correspondencia con las intenciones del otro e identificar las características de las personas con quienes interactúa.

Ballesteros, T. (2006) considera que: “Los gestos del cuerpo expresan como se siente interiormente la persona según sea su manera de sentarse, de caminar. Se puede transmitir escepticismo (encogiéndose de hombros), agresividad (apretando los puños) e indiferencia (sentándose casi tumbados cuando alguien habla).”

Thais y Josef. (s.a) concluyen que: “El lenguaje no verbal, comunicarse a través del cuerpo, conocer lo que expresa el lenguaje corporal, ayuda a aprender más sobre uno mismo, a mejorar las relaciones con los demás y a saber que tipo de persona tienes delante.”

Según Rudik, P. (1993) “El hombre también heredó de sus antepasados animales las reacciones motoras en forma de expresión externa de los estados emocionales que experimenta.” Él plantea que: “Por su origen los movimientos expresivos están vinculados con los instintos y surgen por lo común de manera inconsciente y sin premeditación.”

Se habla de la existencia de la mirada como un medio muy efectivo para la comunicación humana, capaz de poseer mucho poder expresivo. Es indudable que en ella se aprecien de manera sobresaliente señales contentivas de emociones, intenciones y deseos y las mismas, deseadas o no de emitir, pudieran muy bien delatar las intenciones ocultas de una persona.

Un viejo proverbio establece que la cara es el espejo del alma, por lo que pudiera pensarse que sólo el rostro es capaz de transmitir estados emocionales en los humanos, sin embargo, la gesticulación en el hombre no es sólo facial como algunos pudieran especular. Al respecto el anterior autor señala: “Los movimientos expresivos involuntarios durante la vivencia de emociones son llevados a cabo no sólo por los músculos mímicos, sino por toda la musculatura esquelética. Involuntariamente apretamos los puños cuando sentimos ira, retrocedemos y realizamos un movimiento de repulsión cuando sentimos asco, separamos los brazos al sentir perplejidad, etc. Ante un determinado grado de temor, el hombre manifiesta una actividad motora desacostumbrada en él: huye con más rapidez, salta a mayor altura para huir del peligro, cuando siente gran ira también se revela una inusual fuerza muscular y brusquedad en los movimientos.”

Se considera también la postura como una actitud más global de todo el cuerpo, como un modo de presentarse ante los demás o una forma de estar. De aquí que muchas veces sin hablar los humanos sean capaces de expresar lo que desean, sólo con la disposición que le confieren a sus manos, brazos y piernas. Se debe recordar que la postura es la suma de todos los segmentos corporales. Los segmentos corporales donde una mayor información es posible son: la cabeza, el tronco, los brazos, las manos, la cadera, la pierna y los pies.

Todo apunta incuestionablemente al hecho de que la expresión gestual en los hombres forma parte de su interacción social. Castañer (2005) llega a considerar que: “Nuestras acciones corporales, con o sin intención comunicativa, son coextensivas a un universo de símbolos y, a su vez, al micro universo simbólico, propio de la comunidad en la que nos hallamos circunscritos.”

Da Silva Ramos (2000) considera citando a Parlebas, creador de la Praxiología Motriz que: “...al ser el lenguaje corporal una cuestión multidimensional, su interpretación debe tener un carácter epistemológico...” y opina también que ese autor: “...revela

una enorme riqueza en actitudes, gestos, señales y comportamientos que precisan saberes específicos para que su ciencia se consolide... ”

Se concluye con la aceptación de que a través del lenguaje corporal es posible una comunicación mucho más amplia que la verbal y en gran medida confirmatoria de las ideas expuestas por medio de la palabra. Indudablemente que ese proceso de acceder a la intención del otro, es parte de la más diversa actividad humana, por lo que no podemos separarlo de ninguna de sus actitudes, ni de sus aspiraciones. El descifrar las más ocultas intenciones en los seres humanos, es ante todo, privativo de individuos inteligentes y sumamente observadores.

De siempre, en ocasión de la celebración de una actividad deportiva, ha existido preocupación entre entrenadores y los propios atletas, por la relación que se llega a establecer entre los competidores, intentando descifrar toda una serie de señales y gestos que permitan definir sus conductas futuras, a fin de obtener ventajas y posiciones que den al traste con las lógicas aspiraciones de resultar vencedor. Debe aceptarse que ese interés “...sólo ha sido mucho más específico en las dos últimas décadas, propiciado fundamentalmente por la figura de Parlebas y los estudios por él realizados” según criterio de Gómez (2002).

Para concretar esa aspiración se debe hablar del papel fundamentalísimo de la lectura gestual en los individuos, capaz de determinar las verdaderas intenciones de los deportistas participantes en cualquier competencia deportiva.

Ello se ve favorecido por lo intenso de las expresiones corporales, devenidas de las vehementes emociones desencadenadas durante la actividad física, esas mismas que propician el entendimiento entre jugadores de un mismo equipo sin que medie una sola palabra, así como revelan las posibles acciones del contrario.

Debe puntualizarse el hecho de que muchos de los gestos en los deportistas durante la competencia, ocurren de manera inconsciente, reflejando en buena medida sus emociones internas, aunque también como parte del proceso de entrenamiento, es decir, adosados a las acciones motrices reiteradas.

Al respecto Parlebas (s.a) expresa: “Hay que entender cómo es posible que en una cancha de fútbol, 22 jugadores se comprendan entre sí sin hablarse; cómo en patinaje artístico, los patinadores, los artistas, transmiten mensajes sin palabras...” En su opinión ello forma parte de la acción motriz.

Sin embargo para dar respuesta o solución a las cambiantes situaciones que se presentan en una competencia deportiva, la mayor dificultad sigue siendo hoy, el determinar a través de las conductas gestuales las intenciones de los deportistas, es decir, la necesaria predicción de las acciones y las conductas de los contrarios. Se debe aceptar que ello obedece a una práctica más inteligente, basada en la

observación sistemática del juego y que parece ser también privativa de practicantes con una mayor experiencia competitiva, además de ser muy buenos observadores. No se debe olvidar, según Harre (1988), que la capacidad de observación y la de percepción son componentes esenciales de las capacidades intelectuales del atleta y que ello tiene una importancia considerable para la recepción de la información relacionada con los gestos en el deporte, de aquí que sea tan necesario su adiestramiento.

Bermúdez (2002) nos expresa sobre el particular: “Los atletas de alta calificación deportiva son más autocríticos: la exactitud de su autovaloración es significativamente mayor que la de los atletas de baja calificación.” Esta aseveración nos indica que las valoraciones de los deportistas experimentados y de mayor conocimiento pueden ser mucho más objetivas.

La percepción y la observación juegan un papel decisivo en dichas valoraciones, porque permiten ampliar los conocimientos y experiencias en los sujetos, al reflejar la realidad objetiva.

Para Petrovski (1990): “la percepción no es más que la imagen de objetos y fenómenos que se crean en la conciencia del individuo, al actuar directamente sobre los órganos de los sentidos, proceso durante el cual se realiza el ordenamiento y la asociación de las distintas sensaciones en imágenes integrales de cosas y hechos.” El propio autor reconoce que la percepción está en los individuos, estrechamente ligada al razonamiento y a la comprensión de la esencia del objeto y depende en mucho de su experiencia anterior, así como exige aprendizaje especial y práctico.

Rudik (1990) califica la percepción “...como el reflejo en la conciencia del hombre de los objetos y fenómenos del mundo circundante (durante su acción directa sobre los receptores) en forma de imágenes íntegras.”

Por otra parte Petrovski (1990) llega a afirmar que “la observación es una forma importante de percepción voluntaria, es la percepción premeditada, planificada de los objetos y fenómenos del mundo circundante”

De la misma forma establece que su éxito depende en gran medida, de la claridad con que se llegue a plantear la tarea, de la preparación previa, la experiencia anterior y los conocimientos del observador.

Se debe por lo tanto tener en cuenta que la observación no es simplemente oír y ver con exactitud, sino que es una percepción preparada, organizada. Ello determina según Pager y Delschlagel (1979), que es necesario determinar con anterioridad que se quiere ver, oír o captar.

Evidentemente que un rasgo característico del don de la observación lo es también la velocidad con la que es percibido. Al respecto Mahlo (1985) expresa: “El contenido, la

amplitud y la riqueza de la percepción o de la observación en el juego, dependen de dos factores: por una parte de la rapidez de las acciones del juego y por otra parte de la rapidez de observación de los jugadores.”

“Al efectuarse los procesos de percepción con una mayor rapidez, número de detalles y claridad, aumenta la capacidad de observación de los atletas, lo que permite un perfeccionamiento del sentido de orientación, en un ambiente caracterizado por la multivariedad de situaciones...”, según Forteza de la Rosa (1988).

Aparejado al proceso de percepción del espacio y del movimiento y de las sensaciones cinestéticas, el cálculo óptico-motor, como percepción de la situación, es un aspecto del análisis de las condiciones de la situación que está íntimamente unido a operaciones mentales, representando una especie de anticipación mental de los movimientos. Esta apreciación de Mahlo (1985) ayuda a comprender cómo es posible que se produzca una acción anticipada, inmediatamente después de una lectura gestual. Dicho de otra manera a través de la percepción, es posible un análisis y solución a determinadas situaciones de juego, vinculadas a las conductas gestuales de los oponentes.

Harre (1988) plantea que: “la rapidez de ejecución de la acción deportiva se basa en un elevado ritmo de procesamiento de la información, sobre todo de la transformación de los resultados de la observación y la percepción de las acciones adecuadas a la situación competitiva.”

Debe recordarse que las múltiples condiciones creadas en un terreno deportivo se modifican sin cesar, de aquí que sólo serán percibidas por aquellos jugadores que mayor amplitud de la percepción posean en todo el campo de juego, de la forma más continua posible

Los deportistas que llegan a alcanzar un alto nivel y por añadidura poseen una gran capacidad para observar las acciones del adversario, ven favorecidas las soluciones de sus tareas tácticas, toda vez que llegan a predecir las intenciones contrarias futuras.

Harre (1988) explica en Teoría del entrenamiento deportivo que: “La acción táctica es una actividad dirigida hacia el éxito óptimo que se debe ejecutar de acuerdo con los conocimientos tácticos, las habilidades técnicas, la facultad condicional, la rapidez de reacción, las propiedades de la voluntad y otros componentes.” (...) “La acción táctica es, desde el punto de vista cibernético, un sistema en busca de un objetivo, que entre estos no sólo escoge el mejor, sino que se perfecciona en el proceso de solución de la tarea.”

Aunque Ozolin (1983), no hace referencia al término anticipación, expresa lo siguiente: “...gracias a las percepciones visuales, el estudiante puede abarcar con una mirada el

cuadro completo de una técnica deportiva, ver determinados movimientos, su dirección, velocidad y amplitud, así como obtener impresiones sobre las dificultades para realizar ejercicios.”

El conocer las posibles acciones del contrario en una actividad deportiva, puede propiciar la capacidad del organismo de actuar de forma adelantada en los parámetros espacios temporales, siendo esto para Bermúdez Torres (2002), anticipación.

Esta autora refiere: “En el plano psicológico, la anticipación representa la manifestación de la actividad cognoscitiva del sujeto, que le permite, en respuesta a los estímulos actuantes en el presente, prever los acontecimientos futuros utilizando la experiencia acumulada, y además, estar preparado para el encuentro con ellos.”

Según la citada autora, para dar respuesta o solución a las cambiantes situaciones de la competencia deportiva, se debe superar la dificultad dada en la necesaria predicción de las acciones y conductas de los adversarios.

El propio Mahlo (1985), citando a Meinnel, plantea: “A fuerza de ejercicios prácticos y experiencias la percepción se convierte en anticipación de movimientos ajenos en el espacio, anticipación, que en su forma simple, solo implica actividad mental al comienzo y más tarde en razón de una mayor experiencia, se efectuará cada vez más por asociación, sobre la base de relaciones temporales.”

La anticipación del movimiento en muchos casos conduce a una acción de superioridad por parte de ciertos atletas, al actuar en correspondencia con las reales intenciones del otro. De aquí que a partir de la observación de la conducta del contrario y a la descodificación de mensajes de tipo gestual sobre todo, se pueda aumentar las posibilidades de éxito en una confrontación deportiva.

CONCLUSIONES.

Es evidente que en el proceso de lectura gestual, los deportistas llegan a entender las intenciones de los contrarios a partir de la descodificación de sus gestos. La inteligencia de esas personas, unida a la experiencia que lleguen a alcanzar en sus respectivas especialidades les va a permitir anticiparse en sus acciones motrices, con lo que serán capaces de asumir actitudes defensivas eficientes, así como contrarrestar los ataques o estratagemas del contrario.

La observación cumple en este sentido una función importantísima aun cuando una gran cantidad de esa información se obtenga de manera casi inconsciente por los diferentes individuos, en claros procesos perceptivos y que obedecen como ya se ha explicado, a su maestría deportiva.

El estudio de este fenómeno, aportaría resultados muy favorables en el comportamiento de equipos y deportistas implicados.

BIBLIOGRAFÍA:

1- BALMASEDA, M y ALONSO, P. (8/5/06) "Sistemas bimodales de comunicación"

http://personal2.redestb.es/martingv/ls/Educ_bimo.htm

2- BALLESTEROS LÓPEZ, T. (2006) "Lenguaje no verbal".

<http://es.catholic.net/sacerdotes/228/1734/articulo.php?id=15315>

3- BALMASEDA, M y ALONSO, P. (8/5/06) "Canales de expresión y comprensión del lenguaje de signos".

http://personal2.redestb.es/martingv/ls/ls_canales.htm

4- BERMÚDEZ TÓRRES, A. (Mayo, 2002) "La anticipación en el deporte"..

<http://www.efdeportes.com/efd48/anticip.htm>

5- CASTAÑER, M. (Junio 2005) "Cuerpo y Lenguaje no verbal".

http://www.iacat.com/Revista/recrearte/recrearte03/castaner/cin_motricidad.htm

6- COLECTIVO DE AUTORES. (1990) Psicología. Editorial Planeta. Moscú. URSS. 469p.

7- COLINA, I. (1992) "La comunicación humana". Universidad Central de Venezuela. Caracas. Venezuela. 86p.

8- DA SILVA RAMOS, J. (Abril, 2000) "Semiología y Educación física. Un diálogo con Betti y Parlebas".

<http://www.efdeportes.com/efd20a/betpare.htm>

9- DA SILVA RAMOS, J. (Abril, 2000) "Semiología y Educación Física. Un diálogo con Betti y Parlebas",

<http://www.efdeportes.com/efd20a/betpare1.htm>

10- DE LA ROSA, F. Y RANZOLA RIBAS, A. (1988) "Bases metodológicas del entrenamiento deportivo". Editorial Científico Técnica. Ciudad de La Habana. 84p.

11- GARCÍA LATORRE, A. (Febrero, 1998) "Comunicación no verbal humana y comunicación animal".

<http://html.rincondelvago.com/comunicacion-no-verbal-humana-y-comunicacion-animal.html>

12- GÓMEZ RIJO, A. (Marzo, 2002) “Las unidades motrices comunicativas: Un modelo de análisis para los juegos deportivos colectivos de espacio común y participación simultánea”.

<http://www.efdeportes.com/efd46/umc.htm>

13- HARRE, D. (1988) “Teoría del entrenamiento deportivo”. Editorial Científico Técnica. Segunda Reimpresión. Ciudad de La Habana. Cuba. 395p.

14- MAHLO, F. (1985) “La acción táctica en el juego”. Editorial Pueblo y Educación. Tercera Reimpresión. Ciudad de La Habana. Cuba. 228p.

15- MUÑOZ, A. (s.a) “Comunicación no verbal. El lenguaje del cuerpo”.

<http://www.cepvi.com/articulos/gestos1.htm>

16- OZOLIN, N. G. (1983) “Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo”. Editorial Científico Técnica. Ciudad de La Habana. 488p.

17- PAGER, K y DELSCHLAGEL, G. (1979). “Teoría elemental del entrenamiento”. Editorial Deportiva. Berlín. RDA. 160p.

18- PARLEBAS, P. (s.a) “Problemas teóricos y crisis actual en la Educación Física”.

<http://www.efdeportes.com/efd7/pparl71.htm>

19- PARLEBAS, P. (5/5/06) “Introducción a la Praxiología Motriz”.

<http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/espanafr.htm>

20- PARLEBAS, P. (5/5/06) “Problemas teóricos y crisis actual en la Educación Física”.

<http://www.efdeportes.com/efd7/pparl7.htm>

21- PETROVSKI, A. (1990) “Psicología General. Manual didáctico para los Institutos de Pedagogía” Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de La Habana. 422p.

22- ROSENTAL, M y LUDIN, P. (1981) “Diccionario filosófico”. Editora Política. Ciudad de La Habana. Cuba. 498p.

23- Thais y Josef. (7/5/06). “El lenguaje de los gestos, como nos comunicamos a través del cuerpo”.

<http://www.thaisyjosef.com/lenguajecorporal/lenguajecorporal.htm>