

Cooperació versus competició en l'esport. Una perspectiva des de l'educació per la pau

Marina Caireta, juny 2025

Resum

En aquest article reflexionem sobre el paper de la cooperació i de la competició en l'esport, tan a nivell de resultats esportius com social i educatiu. Partim del convenciment de que l'esport és un bon mecanisme per promoure la cultura de pau si s'utilitza amb aquesta intenció. Cal que integri estratègies de prevenció i gestió de la violència i promoció activa de la pau. Des d'aquesta mirada una de les eines clau és l'ús que es faci de la competició i de la cooperació en l'entrenament.

Paraules clau

Competició, cooperació, educació, pau, provenció, relacions

Relacionem l'esport amb lleure, salut i educació, és valorat com una activitat digna de ser potenciada. Des de l'educació per la pau el considerem una oportunitat molt interessant, una bona estratègia educativa, donat que sovint és una activitat molt apreciada pels infants i joves i realitzada en un context social. Però, s'aprofita per educar per la pau? No té perquè. L'esport és essencialment competició i pot arribar a ser violent.

L'objectiu és guanyar i ens preparem i esforcem per això. L'esport extraescolar tendeix a estar organitzat en competicions i torneigs, i per a moltes persones això és un al·licient, gaudeixen de la competició. Des de l'educació per la pau a través de l'esport això genera un dilema interessant al que fa temps que, amb la Fundació Esport i Educació de Barcelona (FEEB) i el Consell de l'Esport Escolar de Barcelona (CEEb) debatem. Amb aquest article us compartim algunes de les reflexions i conclusions que fins ara n'hem extret.

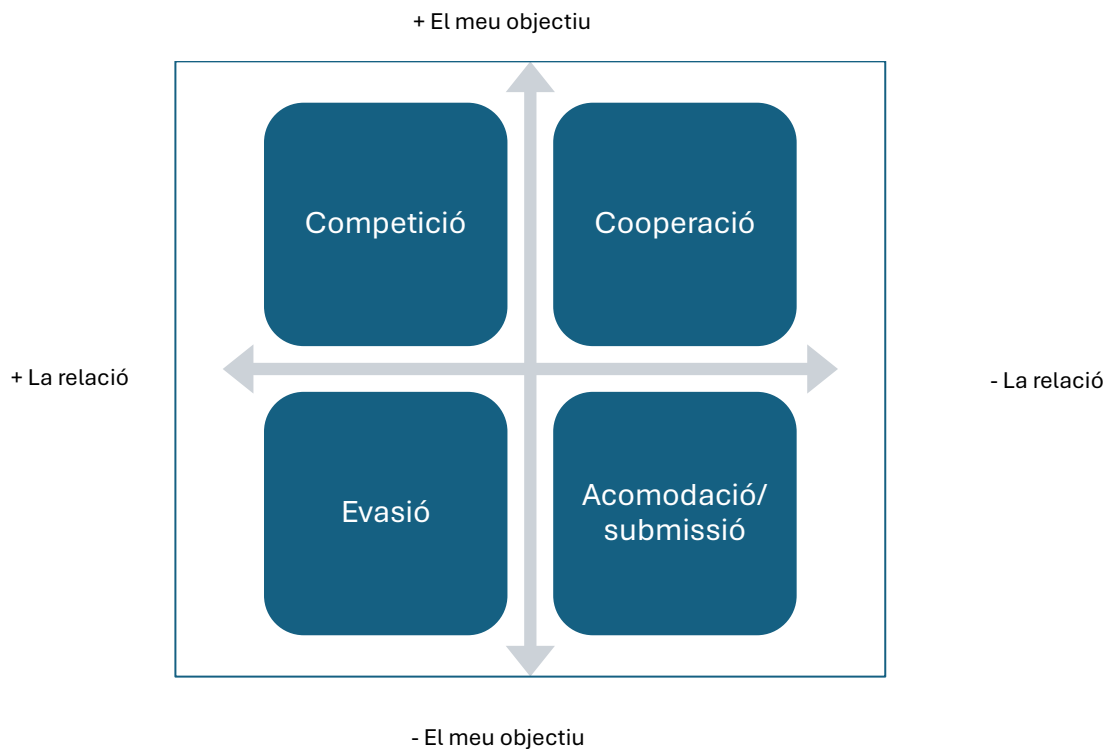
L'educació per la pau busca educar persones en habilitats per construir relacions respectuoses, cooperatives i de suport mutu, i estructures socials justes, equitatives i, conseqüentment, també democràtiques. Per a reflexionar sobre el tema amb professionals del món de l'educació, una de les eines que utilitzem sovint és el quadrant d'actituds davant del conflicte. Aquest defineix quatre actituds: la

***“Si volem relacions
pacífiques i un món més
segur i just hem de revisar
què implica educar en i per
a la competició.”***

Amb el suport de:



competició, l'evasió, l'acomodació o la cooperació. Totes elles parteixen d'entendre el conflicte com la discrepància d'interessos o necessitats antagònics entre dues persones o més i de moviments en la relació, per tant, mesurant l'impacte del valor que donem als interessos o necessitats propis (el meu objectiu), versus el que donem a la relació i/o als interessos i necessitats de l'altre (des de l'empatia i la solidaritat), conscient o inconscientment adoptem una de les actituds esmentades. Aquesta facilita que exercim un tipus de comportaments o altre, i aquests impacten en les persones amb qui interactuem i en la nostra relació amb elles.



Font: Cascon, P. (basat en Thomas-Kilmann) Educar en y para el conflicto. Editat per UNESCO.

L'experiència ens constata que, sense l'educació adequada, la competició a vegades pot derivar en violència, si una persona es mostra molt competitiva fàcilment tendirà a una actitud agressiva i bèl·ligerant que porta a l'altra persona, o bé a la submissió, acatant la voluntat de la primera, o bé a la competitivitat i bèl·ligerància, amb el risc que comporta d'acabar en violència física entre ambdues.

Amb el suport de:

Sovint sentim a dir que cal educar en la competició perquè aquesta forma part del sistema social en el que vivim i, per tant, cal preparar els nostres infants i joves per adaptar-s'hi. Potser hi hagi part de raó i està bé recollir-la, alhora també val la pena fer-ne una lectura crítica. No perdem de vista que, fruit d'una estructura socioeconòmica capitalista fonamentada en el valor de la competició, qui més diners guanya, sigui al cost que sigui, és considerat qui té més èxit. Les conseqüències són que vivim un sistema mundial profundament injust, una societat catalana cada cop menys equitativa, una situació ambiental complexa que amenaça la pròpia subsistència i una cultura que -lluny de posar la vida i les cures al centre-, castiga econòmicament aquells col·lectius que sí que ho fan (majoritàriament col·lectius feminitzats, casualment). Tot al revés. En un planeta finit on natura i persones som físicament interdependents, és profundament contradictori defensar un sistema socioeconòmic competitiu basat en un creixement infinit i insostenible -com molt bé explica Yayo Herrero (Herrero, 2019)¹-. En resum, si volem relacions pacífiques i un món més segur i just, entre d'altres coses hem de revisar què implica educar en i per a la competició.

**“Sabem i reconeixem
que la competició conté
potencialment
aprenentatges molt
interessants”**

Tanmateix, sabem i reconeixem que la competició per a moltes persones és divertida, reptadora i motivadora, a més de contenir potencialment aprenentatges molt interessants que no vulguem desestimar. En destaquem quatre:

El primer aprenentatge que ofereix utilitzar la competició educativament és el control de l'agressivitat. La competició fàcilment activa l'agressivitat i per tant, en un context educatiu, és una gran oportunitat per aprendre a gestionar-la, així com les emocions que hi van associades (sobretot la ràbia i la frustració). Això sí, fa falta un context i un equip educatiu preparat per fer-ho, sense això fàcilment la ràbia pot derivar en violència.

El segon és saber respectar els límits, les normes del joc són clares i el rol de qui s'encarrega de vetllar per elles també (els àrbitres en les competicions, els entrenadors o entrenadores en els entrenaments), i si no respectes els límits les conseqüències són clares, quedes fora de joc, així de simple. Et pot passar una vegada, potser dues, potser diverses, però n'acabes aprenent. Respectar els límits és un aprenentatge essencial per viure en societat. Sense límits i conseqüències

¹ A la que hem escoltat nombroses vegades com a docent del [Postgrau de Cultura de Pau i Gestió de Conflictes de la UAB](#), entre altres ocasions com la referenciada.

clares (en benefici de la comunitat) el caos i la impunitat fàcilment deriven en violència.

Tercer aprenentatge, aprendre dels errors. L'esport de competició és una gran oportunitat per aprendre dels errors perquè els resultats d'equivocar-se o no son molt evidents, o guanyes o perds, i si t'has equivocat ho has de reconduir ràpid, tens una setmana per revisar errors, fins al proper partit. Donar la benvinguda a l'error ens permet aprendre, ja que les coses no acostumen a sortir a la primera, necessitem equivocar-nos i insistir fins que surtin bé.

Això ens porta finalment, i de molt valor, al quart aprenentatge, la disciplina i l'esforç. La motivació per guanyar facilita aprendre disciplina i, sobretot, autodisciplina. Guanyar és exigent perquè el contrincant, com tu, també vol guanyar, per tant has de rendir el màxim i això exigeix preparar-se a consciència, tan un mateix com amb l'equip.

Ara bé, tot i reconèixer les virtuts de la competició, no perdem de vista dues coses: la mentalitat competitiva ve de sèrie, com ja hem assenyalat el sistema social la promou, si no l'eduquem conscientment i críticament, alimenta la cultura de la violència implícita en el sistema i normalitza comportaments i nivells de violència tolerats socialment que, des del nostre

punt de vista, són més que qüestionables (faltes de respecte, humiliacions, baralles, discriminacions, etc.). A més, les ànsies de guanyar sovint fan caure en trampes, agressions i violència, amb els danys i conseqüències que això comporta en les persones, equips, equipaments i comunitats que les viuen. De fet, la violència en l'esport està tipificada com una de les vuit violències catalogades com a violències urbanes (Barrero, 2017).

“Si no eduquem en la cooperació l’infant no tindrà habilitat per afrontar la competició de forma no violenta, és a dir honesta i respectuosa.”

Alhora, plantejar els entrenaments en una estructura totalment competitiva fa que el desenvolupament de l'autoestima es basi en jugar bé, donat que es en el joc on s'enfoquen els reconeixements dels adults de referència. És a dir potencia que desenvolupin l'autoestima en base a l'esportista que son i no a la persona. La nostra hipòtesi, doncs, és que, sovint, en infants i joves, quan més bons esportistes i més èxits els dona l'esport, la seva identitat i autoestima més depèn de la seva faceta d'esportista guanyador. La condició d'esportista els cobreix moltes necessitats emocionals bàsiques, com són el reconeixement, la pertinença a un grup, o la seguretat de ser tingut en compte, necessitats que potser els costi cobrir d'altres

Amb el suport de:



maneres. Totes les persones ens movem constantment i fem les coses buscant, de forma inconscient, cobrir necessitats. Si és així, com diu un company, en un entorn altament competitiu i que no doni espai a la cooperació, a aquests nens, nenes i joves "els va la vida" en l'esport (tant en l'entrenament com en la competició), i buscaran guanyar en tot moment i a qualsevol preu, encara que sigui de forma violenta.

És aquí on, des de l'educació per la pau, constatem que si no eduquem en la cooperació l'infant no tindrà habilitat per afrontar la competició de forma no violenta, és a dir honesta i respectuosa. La cooperació és aquella actitud i habilitat que ens permet lluitar pels nostres objectius, alhora que cuidar la relació amb les altres persones i ésser empàtics i solidaris amb els seus objectius. Conviure i treballar en un ambient cooperatiu ensenya, des de la pràctica que suposa experimentar-ho, a conèixer i reconèixer l'altre persona des de la seva diversitat, escoltar-se mútuament i dialogar, prendre decisions compartides sobre allò que ens afecta a tots i totes, i plantejar com un objectiu comú allò en el que han d'interactuar i treballar conjuntament perquè cadascú aconsegueixi assolir la fita individual que es proposa. Per exemple no sorgiran les mateixes estratègies i actituds si l'entrenador planteja al grup el repte de "Com aconseguim entre tots i totes que cadascú millori com esportista tot gaudint junts de l'esport i millorant com equip" o "només tindrà en compte als millors, als que ens facilitin guanyar".

***"Constatem que aquells
equips que dediquen
esforços a la construcció
d'equip des de la cohesió de
grup, la cura de les
relacions i la transformació
de conflictes, arriben més
lluny"***

Constatem que aquells equips que, a més de posar l'atenció en millorar tècnicament, dediquen esforços a la construcció d'equip des de la cohesió de grup, la cura de les relacions i la transformació de conflictes, arriben més lluny, tenen millors resultats esportius i més creixement personal els seus membres. En la nostra experiència, insistim, ho constatem. I té sentit, si cuides de les persones i de l'ambient, és més fàcil que aquest sigui positiu i per tant divertit, inclúsiu i segur. Com? promovent el coneixement i reconeixement mutu, ajuda a que tothom se senti més valorat, segur i implicat en el grup; incloent pautes de comunicació no violenta en les normes de grup; generant espais de diàleg sobre allò que afecta al grup i als seus membres, sobre els malestars i conflictes que segur sorgiran, a més facilitarà trobar les solucions més òptimes i això donarà molta seguretat a l'equip perquè els conflictes no amenaçaran les relacions sinó que les reforçaran, cosa que

Amb el suport de:

l'enfortirà. Tot això es pots treballar de forma estructurada a través de l'escala de provenció (Cascón, 2001), metodologia que, a través de set esglaons progressius, construeix una estructura cooperativa en l'equip alhora que educa en habilitats per a la cooperació.



És incompatible promoure la provenció (cooperar) quan l'interès del grup és guanyar (competir)? No. Tot el contrari. En tot l'esport, però especialment en etapes educatives (infants i joves), apostem per competir buscant "guanyar de forma honesta, amb esforç, des del treball en equip i el respecte a l'adversari" (Barrientos & Caireta, 2021, p.56). Això requereix un tipus d'entrenament que promogui la igualtat d'oportunitats, el suport mutu, la tolerància als errors propis i aliens, la cooperació i l'abordatge decidit i des del diàleg de qualsevol conflicte. Es tracta de tenir una metodologia que integri el treball tècnic en el nostre esport, amb aplicar una metodologia de cura de la convivència, cohesió de grup i transformació de conflictes.

Un dels recursos clau per aplicar aquest enfocament és introduir normes cooperatives a l'entrenament, com per exemple un mínim de passades establert abans de puntuar per fomentar la participació, no pot marcar la mateixa persona

Amb el suport de:



dos cops seguits, tot l'equip ha de tocar la pilota en la jugada si vol que conti el punt o qui té la posició de pilota no pot avançar².

Insistim, no és fantasia, ho hem constatat, aplicar convençudament l'escala de provenció i tenir l'equip educat en un sistema de transformació de conflictes consolidat, facilita l'enfortiment i cohesió de l'equip, així com el seu progrés i evolució.

“Preservar allò de bo de la competició, però amb un enfocament cooperatiu que garanteixi la inclusió, entrenar cooperativament per competir honestament”

En conclusió, com expliquem en el llibre *Cultura de pau en l'esport* (Barrientos & Caireta, 2021, p.57), la nostra proposta és mixta, preservar allò de bo de la competició, però amb un enfocament cooperatiu que garanteixi la inclusió, entrenar cooperativament per competir honestament.

Bibliografia i referències

Barrero, A y otros (2017) *Ciudades de Paz. Foro mundial sobre las violencias urbanas y educación para la convivencia y la paz*. Madrid. (<http://www.ciudadesdepaz.com/ciudades-de-paz-la-publicacion-del-i-foro-mundial-sobre-las-violencias-urbanas/>)

Barrientos, A; Caireta, M (2021) *Cultura de paz en el deporte. Guía práctica para transformar conflictos en oportunidades*. Barcelona: INDE

Cascón, P (2001) *Educar en y para el conflicto*. Barcelona: Càtedra UNESCO pau i Drets Humans UAB (<https://escolapau.uab.cat/img/docencia/recurso001.pdf>)

Escola de Cultura de pau (8 mayo 2025) *L'escala de provenció*. <https://sites.google.com/view/lescala-de-provencio/catal%C3%A0>

Herrero, Y 2 de juliol de 2019) *Dimarts 2. Yayo Herrero – Justícia global. #EEE19* <https://www.youtube.com/watch?v=EBoDBKaOdzA/> . EduGlobalSTEM Ciència i Justícia Global, recuperat el 8 de maig de 2025. <https://www.youtube.com/@eduglobalstemcienciaijusti5807>

² Veure més exemples a

https://escolapau.uab.cat/img/programas/educacion/dinamicas/cat/06_JuntasAconseguirem.pdf