



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



Análisis de Película

“Rivales” (2024): Autosabotaje competitivo y prescripción paradójica: una lectura de *Rivales* para la Psicología del Deporte

Fernando Samper

Miembro del Grupo de Trabajo Psicología y Artes Audiovisuales y Escénicas “Psicoartae”, Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, España.

FICHA TÉCNICA

Año: 2024

Duración: 131 min

Dirección: Luca Guadagnino

Guion: Justin Kuritzkes

Reparto: Zendaya, Josh O’Connor, Mike Faist

Música: Trent Reznor y Atticus Ross

Fotografía: Sayombhu Mukdeeprom



“Rivales” (Challengers, Luca Guadagnino, 2024) narra la historia de tres jóvenes tenistas de élite cuyas trayectorias deportivas y afectivas quedan entrelazadas de forma casi inseparable. Tashi Duncan (Zendaya), antigua promesa del tenis profesional cuya carrera se ve truncada por una lesión, se convierte en entrenadora y eje emocional de dos jugadores con historias cruzadas: Art Donaldson (Mike Faist), campeón consagrado en crisis de rendimiento, y Patrick Zweig (Josh O’Connor), talento irregular marcado por una rivalidad tan intensa como ambigua.

La película se articula en torno a un triángulo donde deseo, ambición, dependencia y competición conforman un sistema relacional altamente inestable. Lo llamativo es que, a pesar de tratarse de deportistas de máximo nivel, en ningún momento los protagonistas parecen acercarse a lo que Csikszentmihalyi (1990) describió como el estado de fluidez: ese funcionamiento óptimo caracterizado por concentración plena, disfrute intrínseco y sensación de control sin esfuerzo.



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Muy al contrario, el tenis que se muestra en "Rivales" está atravesado constantemente por interferencias emocionales, rumiación, comparación y conflicto interno. No hay fluidez, hay tensión. No hay absorción en la tarea, hay vigilancia del otro. No hay juego, hay ajuste de cuentas.

Desde esta perspectiva, la película ofrece un material especialmente fértil para analizar cómo determinados procesos psicológicos no solo impiden el rendimiento óptimo, sino que construyen auténticos sistemas de autosabotaje.

La prescripción paradójica como clave de lectura

En la Terapia Breve Estratégica existe una intervención que invita al paciente a imaginar qué debería hacer, pensar o evitar si quisiera empeorar voluntariamente su problema. Lejos de ser un juego retórico, esta prescripción permite identificar con precisión las soluciones disfuncionales intentadas que mantienen el bloqueo.

En "Rivales", Tashi, Art y Patrick construyen una red de relaciones donde la rivalidad y el deseo se entrelazan hasta formar un sofisticado sistema de mantenimiento del problema.

Si uno observara a estos personajes desde la consulta, la pregunta estratégica sería inevitable: **¿qué tendrían que hacer exactamente estos deportistas si quisieran empeorar deliberadamente su rendimiento, su estabilidad emocional y sus relaciones?**

La respuesta es inquietante: exactamente lo que hacen durante toda la película.

Desde la perspectiva de la Terapia Breve Estratégica (Watzlawick, Weakland, Nardone), los problemas no se mantienen tanto por sus causas originales como por las soluciones intentadas que fracasan y se repiten. En contextos de alto rendimiento deportivo, estas soluciones suelen adoptar la forma de: hipercontrol emocional, comparación constante, fusión entre identidad personal y resultado competitivo, utilización del rival como referencia principal.

La prescripción paradójica de "empeorar voluntariamente" permite hacer visible este patrón: lo que el deportista hace para rendir mejor suele ser, en realidad, lo que garantiza que rinda peor.

Art Donaldson (Mike Faist) construye su identidad sobre una necesidad obsesiva de aprobación: ganar para ser

querido, rendir para no ser abandonado. Desde una lógica estratégica, su programa de autosabotaje sería impecable: depender emocionalmente de su pareja-entrenadora para definir su valor deportivo, evitar el conflicto abierto con su rival, manteniendo una rivalidad latente no resuelta. Jugar más para no decepcionar que para disfrutar o desarrollarse.

Y los resultados que consigue son: ansiedad competitiva, rigidez táctica y una progresiva pérdida de autonomía psicológica. En estas condiciones, el acceso al estado de fluidez resulta prácticamente imposible: la atención no está en la tarea, sino en la amenaza.

Patrick Zweig (Josh O'Connor) elige otra vía igualmente eficaz para empeorar su problema: transformar la rivalidad en el núcleo de su identidad deportiva. Define su carrera en función de vencer a Art, no de desarrollar su propio juego. Mantiene un vínculo emocional no resuelto con Tashi que contamina cada encuentro competitivo y confunde provocación con motivación y descontrol con autenticidad.

El resultado es un rendimiento errático, brillante por momentos y autodestructivo en el largo plazo. De nuevo, lejos de la fluidez, el jugador permanece atrapado en un estado que viene determinado por emociones desagradables como el rencor o la dejadez.

El personaje de Tashi Duncan, siendo el eje central de la historia y personaje principal —de hecho Zendaya también tiene aquí en la película un título como productora—, tras la lesión que frustra su carrera, canaliza toda su identidad deportiva a través de los dos hombres. Desde la lógica estratégica, su autosabotaje es particularmente sofisticado: utiliza la rivalidad entre ambos como motor motivacional permanente, introduce ambigüedad emocional deliberada para intensificar la tensión competitiva y, por último, dirige el rendimiento de Art no desde criterios técnicos, sino desde necesidades relacionales no resueltas.

"Rivales" muestra un sistema triangular disfuncional en el que cada miembro cumple una función esencial:

- Art necesita ganar para ser querido.
- Patrick necesita rivalizar para existir.
- Tashi necesita provocar para no enfrentarse a su propia pérdida: la carrera que podría haber tenido como jugadora.

Como diría la terapia estratégica: no están atrapados por el pasado, están atrapados por lo que hacen en el presente para no salir de él.

Esta reseña está realizada por un miembro del

[Grupo de Trabajo Psicología y Artes Audiovisuales y Escénicas "Psicoartaes" del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid.](#)
[Psicoartaes](#) – [Facebook](#)



Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=613884373003>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la
academia

Fernando Samper

**“Rivales” (2024): Autosabotaje competitivo y
prescripción paradójica: una lectura de Rivales para la
Psicología del Deporte**

Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico

vol. 11, e3, 2026

Colegio Oficial de la Psicología de Madrid,

ISSN: 2530-3910

DOI: <https://doi.org/10.5093/rpadef2026a3>