

Entrevista a Alex Garcia, psicòleg del RCE Mallorca

## Un psicòleg de primera

Alexandre Garcia (Palma, 1957) és professor titular del departament de psicologia de la Universitat de les Illes Balears (UIB). Des de fa dos mesos és, a més, el psicòleg del RCE Mallorca. L'home que ha de convèncer els jugadors que la segona és evitable.

**Q** uè fa un psicòleg acadèmic, professor d'universitat, fent de psicòleg d'un equip de futbol?

—Bé, el primer que cal dir és que la psicologia de l'esport, en el nostre país, s'ha creat d'una manera molt seriosa, des del món acadèmic. Primer s'han creat els especialistes i després, aquests mateixos han ocupat un lloc de feina.

En el nostre cas és que el Mallorca es va dirigir a la UIB demanant un poc d'ajuda. Una part era d'aquest camp de la psicologia esportiva. I hi vaig anar jo.

Pens que és una experiència molt interessant, ja que nosaltres, des de la UIB, pensam sempre en una universitat molt pròxima als problemes reals.

—Vostè arriba al Mallorca ¿i què es troba?

—Una estructura bastant cristal·litzada, amb les relacions ja molt formades. En el món de l'esport no sols s'ha de considerar l'esportista, sinó tot el conjunt que l'envolta, des del baló fins els directius. Totes aquestes interaccions fan que sigui un tema molt complex. Quan vaig arribar-hi em vaig trobar aquest conjunt amb unes relacions ja cristal·litzades.

—¿Què vol dir "relacions cristal·litzades"?

—Que ja hi havia una forma d'actuar repetitiva. Que ningú veia una sortida, ningú sabia què fer exactament...

—...

—Sí, per exemple, en el tema de les primeres. Aquest és un reforçador, però que estava tan institucionalitzat que no reforçava ningú. Simplement era un costum. Era un situació molt tancada, amb objectius molt confusos...

—Vostè entra en el Mallorca fa un mes i mig. Es un club en una situació econòmica greu, amb un entrenador que, segons diu la premsa, té problemes amb certs jugadors, un president que ha dimissió, una situació de reconversió en societat anònima i, sobretot, una situació es-

portiva nefasta amb l'equip que és l'últim, gran candidat a la segona divisió... No deu ser la millor situació anímica per als jugadors, ¿eh?

—Sí, però aquesta precisament és la feina. Sigui un equip que va el darrer o el primer, sempre hi ha situacions de crisi. En el cas del Mallorca, el que ens trobarem és un club amb jugadors que pensaven en coses que no tenien a veure amb el seu rendiment. La primera feina era intentar canviar la forma de pensar, intentar aïllar el jugador perquè se centri en el que li pertoca, que és jugar amb rendiment i eficàcia.

—¿Fa sessions de grup o individualitzades?

—Individualitzada. Cada persona té un perfil psicològic particular. Es tracta de veure com es pot ajudar a augmentar la concentració, el rendiment, la tensió... Faig un programa per a cada jugador, crec el seu avaluador i vaig seguint una sèrie de sessions. I de tant en tant faig una reunió de grup per a posar una sèrie d'idees en comú.

—¿Vostè està amb els jugadors durant les concentracions i en els minuts abans de sortir al camp?

—Sí, sí... però sempre procurar no alterar. No vull ser un element distractor.

—¿Vostè no fa allò que diuen que feia l'Helenio Herrera que en certa ocasió, durant la mitja part i quan el seu equip perdia de 4 a 0, es dirigí tot feliç als jugadors: "Apa, nins, ja han fet quatre gols i estan cansats, ara ens toca a nosaltres"...?

—No cregui, aquestes coses a vegades funcionen perquè ofereixen una visió en què els jugadors no havien caigut; no és cap tonteria, no... Nosaltres, de tota manera, a part dels programes específics per a cada jugador, treballam en coses com el nivell de concentració en jugades determinades...

—¿Per exemple?

—Nosaltres teníem un problema bastant

greu. Era el de la concentració en les jugades a baló aturat. O coses que ja tenim resolttes, com és el fet que ara els jugadors protesten poc, no creen excessius problemes, cosa que no vol dir que no tinguin prou agressivitat, entesa com a intensitat en el joc. Hem aconseguit que els jugadors no creïn aldarulls, que entenguin que això no serveix de res...

—Això és el que necessitaria Stoitskov.

—Tenia unes reaccions molt primàries quan arribà, però si l'observes bé veuràs que ja no en té tantes. Pel que sé, té una persona molt prop d'ell que li ha servit de modificador de conducta, que li ha fet veure que aquelles conductes li donaven uns resultats dolents.

—Per al no iniciat en temes futbolers, la imatge del jugador és la d'una persona un tant immadura, ¿és així?

—Aquesta sol ser la primera apreciació. Però la gent del futbol, crec jo, és una mostra representativa del que és la societat actual. No crec que hi hagi tantes diferències. Home, sens dubte si a un jugador de deset anys li cauen milions i reconeixement social és clar que li influirà en la conducta... però en fi, també existeix gent molt centrada, molt madura. El que diria jo és que aquesta gent, amb una feina d'alt risc, el que tenen és un certa fragilitat, que no és el mateix que immaduresa. Una fragilitat, indefensió, que els ve perquè no controlen totes les variables que envolten l'esport.

—¿Aquesta fragilitat explica les reaccions típiques de l'equip que guanya un partit i li fan un gol injust o de mala sort i s'enfonsa?

—Et posaré l'exemple del Mallorca diumenge passat (Mallorca-Valladolid, 1-1, primer marcà el Valladolid en el minut 85 i en el 90 igualà el Mallorca). Havíem aconseguit que no ens fessin cap gol. De sobte ens fan el gol i és un d'aquells en què entra, per a evitar-lo, la concentració. Si en aquell moment el jugador té objectius fixats com potser el contracte, acabar



"L'entrenador és el psicòleg natural".

PERE CARMONA

la lliga en primera... és a dir, coses a llarg termini, incontrolables en aquells moments, el jugador no és capaç de reaccionar. En canvi, si el jugador té clar que l'objectiu primari és la seva eficàcia, el fer una jugada correctament... podrà reaccionar. Es tracta que el jugador tengui sempre present que el que cal és assolir els objectius controlables per un mateix, i no els incontrolables com el que dirà la premsa, l'entrenador, la dona, etc. I crec que en el Mallorca això ho hem aconseguit.

—*No creu vostè que el psicòleg natural dels jugadors és el seu entrenador?*

—Sí, en això ha emprat vostè la paraula clau: natural. L'entrenador és el psicòleg natural, el preparador físic natural... L'entrenador és el que pren les decisions. Es pot assessorar, però a la fi qui pren les decisions és ell. El que passa, en el cas de la psicologia, és que a pesar de ser el psicòleg natural no aplica els coneixements de manera estricta i sistemàtica. Però sí, l'entrenador és el psicòleg natural. Cal no oblidar que tots els entrenadors reben un curs de psicologia bastant intens durant el curs d'entrenador. És clar que mínimes nocions, si més no, en tenen. Que després les apliquin de forma sistemàtica...

—*La figura del psicòleg d'un equip de futbol no està gaire valorada. Des de la premsa, moltes vegades se'n riuen, molta gent ho considera una figura suplèrflua...*

—Sí, és cert. Et posaré un exemple molt clar. El Bilbao ara vol recuperar un jugador que juga en el Burgos, que es diu Eyukar. És un jugador que té una gran tècnica —jo el seguia, ja que sóc un bon aficionat— i es va formar a Lezama (pedrera del Bilbao). Però com que no tenia les característiques pròpies del jugador del nord el van transpassar. Parlant amb el responsable de Lezama, li vaig dir que pensava que no hi ha prou amb fixar-se només amb un aspecte, que s'ha de tenir present moltes altres coses. Evidentment no ens hi posàrem d'acord. El jugador va desaparèixer. Ara el Bilbao el vol i haurà de pagar alguns centenars de milions per aconseguir-lo. Si el Bilbao hagués tengut un psicòleg, s'hagués evitat aquesta barbaritat.

—*Un dels recursos que empren alguns entrenadors per a motivar els jugadors, és el de crear tensió...*

—Sí, i algun d'aquests està avalat pels seus continus fracassos...

—*Per exemple...*

—És conegudíssim el cas de Clemente, que amb seus sistemes "motivadors". I aquí estan els resultats, guanya un moment determinat i després es crema de forma molt ràpida. No es pot mantenir sempre una fugida cap endavant.

—*Com a psicòleg i bon coneixedor del món del futbol, i a pesar de no tenir més que referències de premsa, ¿com veu el Barça i el Madrid?*

—L'equip que accepti més clarament el concepte de professionalització serà el que guanyarà la lliga. Tal vegada el comportament del Barça dels darrers temps és més professional. Es a dir, és un comportament on ja s'ha eliminat la dinàmica acció-reacció. Ara manté una línia més clara, amb menys desviaments de l'objectiu.

—*¿El Mallorca a segona?*

—Aquesta és la pregunta que no s'han de fer els jugadors. I si és així, crec que no baixarem. Els jugadors no han de fer comptes d'aquests, el que han de fer és el dia a dia. Pensant així crec que es té les mateixes possibilitats que altres equips, el nivell del Mallorca no desmereix de nivell del 30% dels equips de primera.

**Miquel Payeras**