

El secreto psicológico del semillero de Lanús

El Grana, que consiguió cuatro títulos sobre seis en Inferiores, realizó una innovadora acción durante la semana previa a las finales: talleres de trabajo mental con partidas de ajedrez. ¡Y luego ganó todo!



Los chicos en la ronda final, luego de la jornada de ajedrez.

Primero, en el arranque de la semana, los preparadores físicos Fernández, Pose, Módica y Sayas les enviaron por WhatsApp a los chicos las reglas del ajedrez y luego se las explicaron, aunque más de la mitad ya sabía jugar. Luego, el jueves por la mañana, las cuatro categorías de **Lanús** (de Sexta a Novena) que eran finalistas de la **Superliga juvenil** pasaron una a una por el comedor del club, donde habitualmente los chicos de la pensión almuerzan y cenar, y se sentaron a jugar durante una hora, como parte de un original taller de trabajo mental propuesto por el departamento de

psicología deportiva del club. Y finalmente, entre sábado y domingo, las cuatro consiguieron el logro histórico de dar la vuelta olímpica. Poco parece tener que ver con la casualidad, en medio de **un gran trabajo que también hace el Grana en captación y desarrollo en Divisiones Inferiores.**

Si bien los títulos no responden directamente a la tarea que realizaron con el departamento psicológico, **en el club aseguran que el trabajo en equipo interdisciplinario cuerpos técnico, físico, médico y nutricional y la originalidad de la acción aportaron un granito "muy importante" de arena.** "Desde hace tiempo se viene trabajando en la parte mental, la fortaleza, la toma de decisiones y la concentración con distintos talleres", le cuenta a **Olé** Marcelo Roffe, quien está al frente del sector de psicología del club junto a Fabián Esteban y organizaron la actividad junto a los coordinadores Lucas Rodríguez Pagano y Cristian Carrizo (PF), el entrenador de arqueros Esteban Pogany y los técnicos y profes de cada división.



El jugador y docente de ajedrez Héctor Fiori con los psicólogos de Lanús y el coordinador Lucas Rodríguez Pagano.



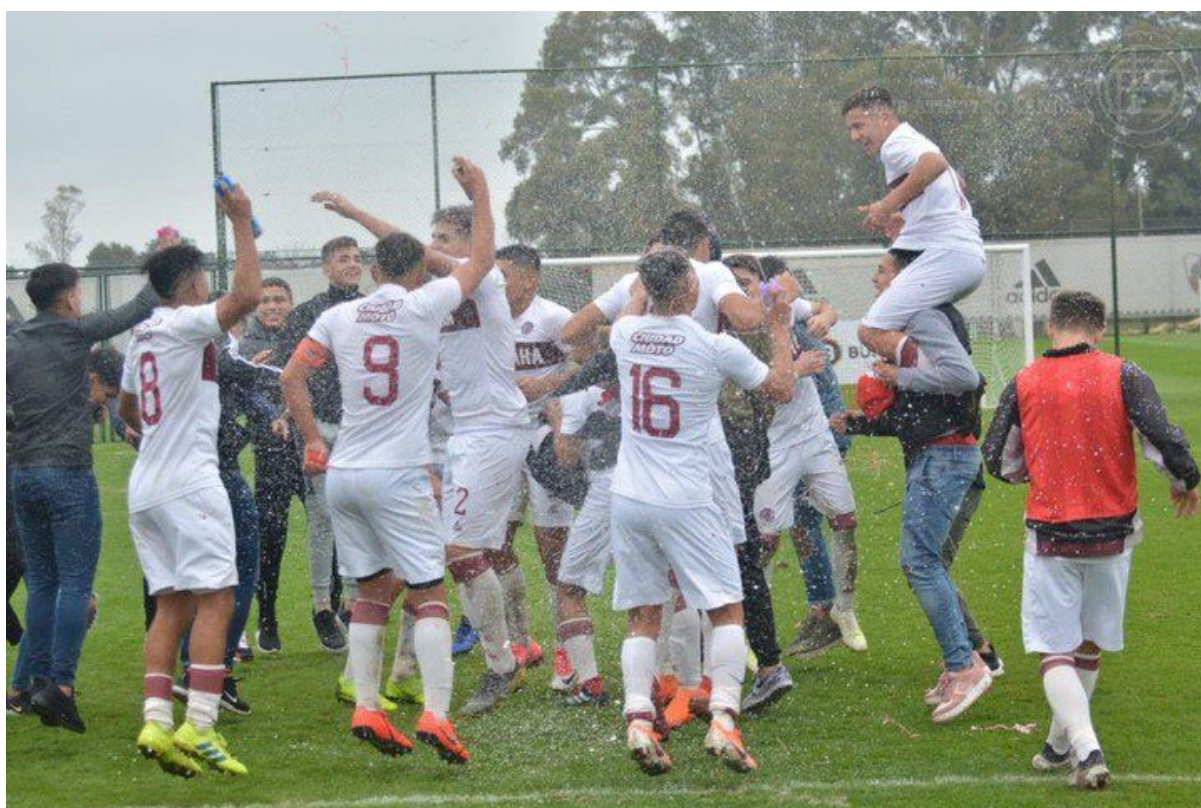
Los chicos de las Divisiones Inferiores del Grana durante el taller.

Por esa iniciativa, como parte de una jornada de entrenamiento, las distintas categorías fueron pasando por el comedor, antes o después de haber realizado los trabajos físicos y futbolísticos en las canchas del club, para jugar al ajedrez. Con 18 tableros sobre las mesas, el jugador, docente y secretario de la Federación Argentina de Ajedrez, Héctor Fiori, se paró delante con un tablero maestro con tres piezas y explicó la actividad, que consistía en cerrar al rey con las dos torres para ganar la partida, y luego de unos 15 minutos, hizo a los chicos interrelacionar de a dos.

Después de media hora, los dos psicólogos del club hicieron el link, la transferencia, a la parte psicológica. "Decíamos los beneficio, partiendo del concepto de jugador moderno, que debe mantener la misma disposición para defender y para atacar", explica Roffé, quien en una pared de la oficina en el club tiene escrita la frase "si querés ir rápido andá solo; si querés ir lejos, andá acompañado", un mensaje que usó mucho en su experiencia con la selección colombiana.



Las Inferiores del Grana, campeonas en cuatro de seis categorías (Foto: Club Lanús)



La Sexta del Grana goleó 3-0 a San Lorenzo en el River Camp. (foto Prensa Club A. Lanús)

Luego, enumeraron **los siete beneficios**: frente al error, no caerse; mejorar el foco atencional; toma de decisiones: resolver; mirar todo el tablero, visualizar; tener una estrategia, un plan; manejar la espera, la ansiedad, y más en una final; ajedrez es como boxeo, no perdona, podés tener superioridad, te clavan un mate y no entendiste por qué; y en una final el error se paga carísimo, errores van a cometer, pero hay que tratar de cometer los menos posibles.

"El taller a lo que apuntó es que **más concentración, menos presión. Más disfrute, menos miedo. Más pasión, menos ansiedad**. Con dos conceptos: las finales primero se disfrutaban (no sabés cuando van a jugar una de nuevo) y después se ganan", completó el psicólogo que trabajó en 12 clubes de fútbol y en las selecciones de Argentina y de Colombia con José Pekerman.

Por último, para cerrar cada taller de cada categoría, el cuerpo técnico y los chicos armaron una ronda, en la que habló primero un psicólogo, después el entrenador (Gonzalo Férrea de la 6ª, Julián Kmet de 7ª, Guillermo Alonso de 8ª y Sebastián Salomón de 9ª), el preparador físico, dos o tres capitanes, y terminaba el otro psicólogo. Luego, claro, **llegaron las cuatro vueltas olímpicas...**



Las copas de la Superliga juvenil, de Sexta a Novena, donde se consagró Lanús.



Marcelo Roffé, quien está al frente del departamento de psicología deportiva del club, con una de las copas.



Roffé y Esteban, los dos responsables del departamento de psicología deportiva del club.