

Nos introducimos “En la mente del portero”

En un oficio relativamente reciente, como el de *entrenador de porteros de fútbol*, somos muchos los que estamos contribuyendo de una u otra forma a su desarrollo. Desde hace algunos años, varios profesionales han sido referencia en este sentido, dentro de un proceso que continua en marcha. Así, en este documento queremos presentar el libro “*En la mente del portero*”, con el que, desde un enfoque novedoso –basado en la psicología cognitiva del aprendizaje– hemos tratado de aportar nuestro “granito de arena” buscando plasmar ideas diferentes a las que imperan hoy en día.

Actualmente, es común observar planteamientos reduccionistas y poco representativos del juego, que alejan al portero no solo de

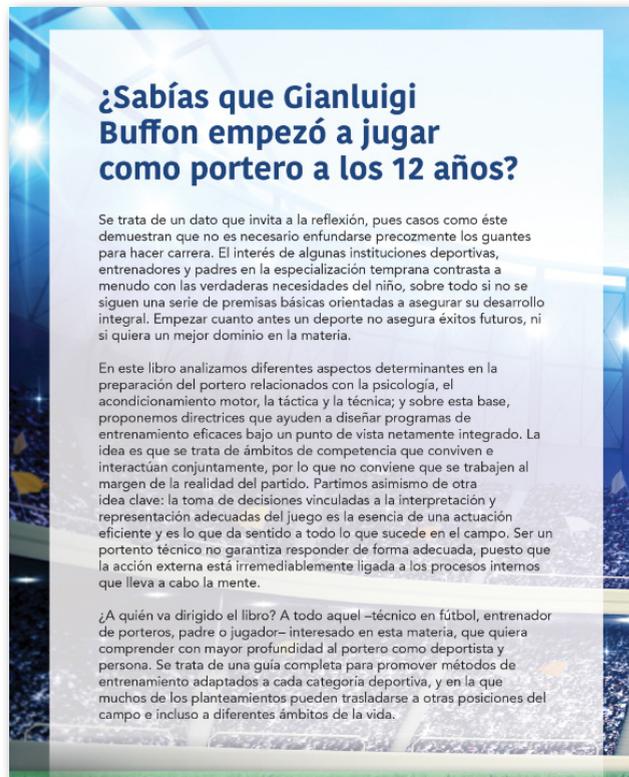
los compañeros, sino también de la concreta realidad a la que se enfrentan en los partidos. Son entrenamientos con estímulos y respuesta “extrañas”, donde las reacciones dependen de un color, una voz o el impacto del balón en un “reboteador”; lo que ejemplifica una tendencia que entendemos desencaminada y que contrasta con la nueva orientación que se presenta en el libro. Se trata de una propuesta dirigida a entender la preparación del portero a través de sus procesos mentales, como base cognitiva que regula finalmente sus decisiones y sus conductas. Este es nuestro punto de partida, asumiendo que todo lo que el portero expresa sobre el campo (*plano externo*) es resultado de los procesos que lleva a cabo su mente (*plano interno*). Y en consonancia con esta perspectiva, damos gran importancia a los diferentes *sistemas* implicados en la gestión de la información, como la *atención* y la *memoria*, los cuales deben tenerse muy en cuenta cuando se entrena.

Principios del juego en el entrenamiento específico del portero

Son muchos los aspectos a considerar en la preparación del portero para la competición; pero creemos que todos ellos pueden aglutinarse en referencia a cuatro parámetros definitorios de las condiciones del juego: los **planos de intervención** en el que se enmarca la actuación, las **unidades de acción** implicadas (gestos más o menos específicos), la **lógica empleada** para solucionar los problemas que se presentan, y las **claves del juego** a tener en cuenta en cada momento (la portería, el área, el balón y la disposición de los compañeros y rivales).

Estos parámetros, por tanto, constituyen los pilares que permitirán fundamentar y situar cada pauta instructiva que se proponga dentro del entrenamiento: sus *objetivos* (qué), su *metodología* (cómo) y su *motivación* (por qué).

Sobre estos pilares, nuestra propuesta de entrenamiento propugna un proceso de enseñanza-aprendizaje que puede caracterizarse como *integral e integrado*. **Integral** en cuanto al *conocimiento a desarrollar* en las prácticas, pues –con mayor o menor protagonismo en cada situación– implicará todos sus niveles: *procedimental* (práctico, intuitivo e implícito, ligado al “saber hacer”), *declarativo* (teórico, racional y explícito, unido al “saber sobre”) y *metacognitivo* (reflexivo y auto-regulador al permitir la adecuada aplicación y control de los anteriores). E **Integrado** respecto los distintos ámbitos de competencia, *pues todos* intervienen de forma conjunta e interconectada cuando se juega: *táctico* (ligado a la percepción y toma de decisiones), *técnico* (de carácter ejecutivo-gestual), *psicológico* (vinculado directamente con las emociones) y *físico* (que atañe al componente motriz).



Este enfoque *integral e integrado* del entrenamiento, también implica una **perspectiva dinámica y “ecológica”** en torno al juego, pues todos los conocimientos y ámbitos de competencia se condicionan entre sí y, por ende, influyen interactivamente en el rendimiento, configurando todo un sistema. No obstante, situamos a lo **reflexivo** y lo **táctico** en el epicentro de este sistema de funcionamiento dinámico: al afrontar cualquier situación, la toma de conciencia sobre las claves del juego, las hipótesis barajadas y el plan de acción finalmente elegido serán las claves del éxito, pero siempre que ese plan se ajuste a las verdaderas posibilidades motrices. ¿Cuántas veces se observa bajo palos un desajuste evidente entre la intención “táctica” y la ejecución “técnica”, y sus lamentables consecuencias?

Este encaje depende de la competencia táctica, pues es la que articula el potencial interno –en cuanto conocimiento y competencia– a las condiciones externas –en cuanto a espacio y momento–. En definitiva, la *inteligencia del portero* vendrá marcada por la adecuación del “cuándo” y el “cómo” proceder en función de las propias posibilidades y recursos, parámetros que deben sintonizarse “*metacognitivamente*” (autorregulación).

El funcionamiento cognitivo del portero: la construcción del significado del juego

Pese a su reconocido potencial, el cerebro humano tiene una limitada capacidad de procesamiento. Por tanto, frente a las altas demandas del juego en cuanto a la información a manejar y la rapidez de la respuesta exigida, se hace preciso “atajar” muchos de los problemas a través de “reacciones automáticas” (de bajo nivel de conciencia y poca demanda atencional). Nos referimos sobre todo al primer nivel de respuesta –o de **unidad de acción** en nuestro análisis–, donde primará la creación de patrones mentales más o menos “reflejos” que vinculen la acción táctica a gestos técnicos específicos, logrando asociaciones relativamente mecánicas entre ciertos estímulos y respuestas. Esto es imprescindible en los niveles más elementales de la acción y después debe irse graduando hacia mayores niveles de conciencia y reflexión a medida que se amplían la *unidad de acción* y el *plano de la intervención*. Aunque es bien sabido que cada situación del juego es diferente, partimos de la idea de que hay contextos específicos propensos a darse en los partidos, cuyas claves del juego se presentan en una forma y un orden similar.

Consecuentemente, debemos reproducirlas y practicarlas deliberadamente para automatizar su uso o graduar convenientemente su control consciente. Con ello pretendemos afianzar unos esquemas de conocimiento que irán de lo “*procedimental*” y *reactivo*, a lo “*declarativo*” y *reflexivo*, de manera que su “huella” permitirá en cada momento agilizar los procesos: *reconocer, diferenciar, transferir, generalizar, entender, recordar y recuperar* la información que se presenta y gestionarla con más o menos rapidez en orden a decidir la respuesta y ejecutarla. Así, de algún modo, el seguimiento de la situación del juego puede compararse con la *lectura* de un libro, pues, en ambos casos, la comprensión se construye y se mantiene aplicando los conocimientos previos que tenemos a la interpretación de la concreta información que se nos presenta en cada momento, al atender bien las palabras del texto o bien las circunstancias del juego. En este sentido, recordemos, por ejemplo, aquellos casos donde la interpretación errónea del portero ante un tiro “inofensivo” cercano al cuerpo conduce a que el balón acabe alojándose mansamente en la red sin apenas reacción por su parte.

El papel del entrenador de porteros en la creación de escenarios apropiados

Y es precisamente aquí donde la figura del entrenador emerge en su papel fundamental a la hora de crear escenarios apropiados que favorezcan la adaptación y autonomía del portero, partiendo para ello de las posibilidades de cada individuo. Por supuesto, estas posibilidades vendrán condicionadas en gran medida por la etapa evolutiva que atraviesan, pues el desarrollo *físico* (crecimiento y maduración de los diferentes sistemas corporales) y *cognitivo* (etapas del desarrollo intelectual) es el que marca tanto las posibilidades como las necesidades de cada momento.

En el inicio de la formación del portero, la “Zona Zero” (ZZ) se nos antoja esencial, en la medida en que constituye el *plano de intervención* más reducido e implica las *unidades de acción* más básicas, aunque ya con arreglo a una cierta lógica en sus comportamientos (valga colocarse correctamente en portería). En este sentido, trabajar atendiendo las diferentes capacidades perceptivo-motrices –como la *lateralidad* o el *esquema corporal*– será determinante en estos momentos iniciales. Por tanto, la ZZ es el origen de la intervención del entrenador de porteros, la cual crecerá en exigencia (en cuanto a los planos de intervención, las unidades de acción, la lógica del juego y las claves empleadas) a medida que se van aumentando y afianzando los esquemas de conocimiento del portero. Hemos visto muchas veces cómo imperan en el entrenamiento las prisas o el “ansia por volar” de palo a palo, sin percatarse de la importancia táctica que tiene situarse correctamente en la portería; o saber reaccionar de forma oportuna ante balones cercanos al cuerpo, que, de hecho, son la inmensa mayoría en los partidos. En este sentido, el objetivo fundamental de la intervención será dotar de la máxima eficacia a los procesos del entrenamiento, porque no basta con un “ha mejorado mucho desde que se ejercita conmigo”. Esta expresión tan común como abstracta y vacía. Las necesidades son múltiples y los instrumentos para atajarlas diversos, algo que precisamente mostramos en el libro. Por ello, no será suficiente con desarrollar al máximo ciertas capacidades; para evolucionar siempre será necesario adquirir otras nuevas y saber aplicarlas flexible y creativamente.

En este proceso, la relación del entrenador y el portero es fundamental. A este respecto, además de ampliar la *toma de conciencia* del trabajo que llevan en conjunto, es necesario cultivar actitudes positivas bajo dos valores que traspasan la barrera de lo deportivo: la *confianza* y el *compromiso*. Sin confianza no hay compromiso, y viceversa, por lo que el “saber estar” marcará gran parte de la calidad del entrenamiento. Ello requiere que entrenador y portero alineen sus expectativas individuales, desde un clima de sinceridad y respeto mutuo que propicie experiencias positivas al no perder la esencia del fútbol como *juego lúdico*.

“En la mente del portero”; un proyecto de más de tres años

Hemos tardado más de tres años en escribir el libro “*En la mente del portero*”, el cual nace del interés por entender mejor el juego y su lógica. He sido portero profesional (por contrato y sentimiento) cerca de 20 años, sin entender, durante mucho tiempo, gran parte de mis comportamientos sobre el campo; y, por tanto, sin poder dar explicación a los mismos. Comprender el rol del portero dentro del equipo se ha convertido desde hace algunos años en uno de mis objetivos principales, sobre el cual he cimentado gran parte de las propuestas que presentamos. Le pedí ayuda al profesor Francisco Gutiérrez, al considerarlo un referente en cuanto a la psicología cognitiva se refiere. Juntos hemos logrado aunar unos conocimientos que gozan tanto del rigor académico, como del bagaje y experiencia de mi carrera deportiva.

Por ello, la obra busca responder a las múltiples incógnitas que rodean al portero y su entrenamiento específico. Reúne, así, un cuerpo de conocimiento que pretende favorecer la reflexión personal y significativa, de manera que ayude al lector a integrar esos conocimientos en sus propios esquemas, intereses e inquietudes.

Aunque la buena voluntad no siempre justifica la causa, si es el primer paso para desarrollar el máximo potencial de cada uno. Por ello, agradezco la predisposición de todas las personas que han intentado ayudarme en el día a día, de una u otra forma. La manera de percibir el entorno parte de esas pequeñas enseñanzas que se adquieren con el paso del tiempo.

Y termino reclamando la necesidad de un entrenamiento específico del portero, dándole el valor que merece. La importancia de tener en el equipo a un profesional que responda a muchos de los “porqués” que envuelven a esta demarcación, en cualquier etapa deportiva, es un valor añadido. A veces se ignora que el portero es, quizá, el jugador más determinante de un equipo.