



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



Entrevista a Javier Lozano Cid por Manuel Aguilar Marchal

Perfil del entrevistado:

Javier Lozano es presidente de la Liga Nacional de Fútbol Sala (LNFS) desde 2009, siendo elegido en 2018 presidente de la Asociación de Ligas Profesionales Españolas (ALPE)

Previamente, formó parte de la Junta Directiva de la Real Federación Española de Fútbol (RFEF) de 2009 a 2018, y colaboró, durante más de 20 años, con UEFA y FIFA en diversas posiciones.

Asimismo, ejerció los cargos de Director del Área Profesional (2007-09) y Cantera del Real Madrid (2008-09) y dirigió la Ciudad del Fútbol y la Fundación de la Real Federación Española de Fútbol, ambos cargos desde 2003 a 2007.

En 2002, formó parte del cuerpo técnico de la Selección Española de fútbol que dirigió a España en el Mundial de Japón y Corea.

Ex jugador internacional de fútbol sala, cuenta en su haber, como seleccionador español de la disciplina, con 2 Mundiales (2000 y 2004), 1 Sub Campeonato Mundial (1996) y 3 Eurocopas (1996, 2001 y 2005)

Javier, eres una figura muy destacada dentro del deporte español en diversas facetas, ex jugador internacional de fútbol sala, seleccionador, responsable de cantera, directivo... ¿Podrías hacer una presentación de quién es Javier Lozano y de tu amplia y variada trayectoria?

Antes de nada, quisiera agradecer al Colegio Oficial de la Psicología de Madrid y a ti particularmente el haber-

me elegido para ser entrevistado. Espero estar a vuestra altura.

Respondiendo a tu pregunta, Javier es una persona muy normalita y tímida; sin embargo, Lozano es un apasionado y volcánico gestor de profesión y entrenador de vocación. Ya con 26 años dirigía más de 40 personas y tenía altas responsabilidades de gestión. Sin embargo, paralelamente mi vocación era la formación, en este caso disfrazada de entrenador aunque lo compaginara con mi rol de jugador y de gestor.

Te cuento una anécdota. Después de quedar campeones del mundo por primera vez en el año 2000, me tomé dos días libres y al tercero me levanté a las 06 h para ir a trabajar.

Nunca quise ser seleccionador nacional a tiempo completo por tres razones: se trabaja muy poco, según mi opinión; la gestión también me encanta; y además valoro mucho más la libertad que el dinero y en ese escenario podía defender mi criterio ante presiones de algunos dirigentes, periodistas o elementos tóxicos.

Al final, para que me dedicara full time, me ofrecieron compaginar la selección nacional con la dirección de la Ciudad del Fútbol (sede de la RFEF).

Por tu extensa experiencia en el deporte, ¿cómo valoras la psicología del deporte y su evolución respecto a la aceptación por parte de jugadores/as, entrenadores/as y demás profesionales?

Todo obedece a un proceso. El deporte español, a regañadientes, ha ido incorporando nuevas ciencias y conocimientos a los fundamentos atávicos en los que se movía históricamente. Era cuestión de tiempo.

Entrevista realizada por: **Manuel Aguilar Marchal**, Psicólogo del Deporte, Vocal de la "Sección de Psicología del Deporte y la Actividad Física" del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, Responsable del "Área de Psicología y Salud" de la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto (AEBB) y entrenador de baloncesto



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

¿Cuáles son las principales dificultades a las que se enfrentan jugadores/as, entrenadores/as y clubs y qué puede aportarles la figura del psicólogo del deporte?

La principal dificultad de los/as deportistas es el miedo a lo desconocido; la incertidumbre. A todos nos ha ocurrido. Y las emociones han sido tabú hasta hace tres días porque desconocíamos que son generadas por pensamientos, los cuales, ahora lo sabemos, podemos dominar y transformar.

Cualquier jugador/a (incluso la juventud actual no deportista) genera ansiedad, miedo, dudas y terror a la evaluación social. Además, se ha incorporado un peligroso déficit de atención y concentración.

La aportación de los profesionales de la psicología del deporte, más que dar pescado al deportista nos enseñan a pescar. Nos ayudan a reconocer las emociones y sus fuentes y a partir de ahí, a saber gestionarlas. En definitiva, nos aportan herramientas y habilidades mentales y emocionales para conseguir que la autonomía del jugador/a sea completa (física, técnica, táctica y, ahora, mental).

Has desarrollado tu carrera en fútbol sala y fútbol. ¿Qué diferencias y similitudes encuentras entre ambos deportes respecto a las exigencias psicológicas e implantación de nuestra especialidad?

Son las mismas. Incluso te diría que cualquier deporte, incluso de base, tiene las mismas exigencias (con matices pedagógicos), pues la presión, las expectativas y el miedo nacen de una falsa percepción de los hechos que influyen y merman el rendimiento.

Yo incluiría esta especialidad desde edades tempranas para evitar traumas más adelante.

Entrenador bicampeón del mundo y tricampeón de Europa con la selección española de fútbol sala. ¿Cómo se afrontan psicológicamente retos de tal calibre e intensidad?

Curiosamente yo tuve que perder una final del campeonato del mundo (1996) para reconocer que tenía un déficit de autocontrol (la perdí yo, no el equipo. A ellos les contagié). Ni sabía qué me pasaba, ni cómo controlarlo, ni cómo

gestionarlo. En ese momento me inicié en la inteligencia emocional (Daniel Goleman, 1995) y me acerqué a psicólogos deportivos y expertos en neurociencia. Intuí que tenía un problema y descubrí cual era. A partir de ahí, los triunfos llegaron porque me implanté una pieza indispensable para gestionar personas, grupos y a mí mismo. Entonces comencé a disfrutar de lo que hacía y llegaron los triunfos.

¿En cuanto al deporte de élite, cuál sería el perfil ideal de entrenador/a y deportista?

Bueno, yo no soy nadie para dictar dogmas o consejos mesiánicos, pero ciñéndome a mi experiencia, te podría decir que la capacidad física, técnica y táctica necesitan un catalizador mental y emocional para obtener el máximo rendimiento. Sin él somos un pollo sin cabeza.

¿Y en las etapas de formación?

Mucho más necesario, según mi opinión, pues incluso ayuda no sólo al jugador, sino a la futura persona. Lo único que cambia, y de eso sabéis vosotros mucho más, son las técnicas de enseñanza.

¿Qué retos consideras que tiene por delante el deporte español?

En este punto prefiero ser muy cuidadoso porque soy extremadamente crítico. Todo nace con la concienciación del político de turno para entenderlo y aplicar los recursos necesarios, no sólo económicos. Seguimos siendo una asignatura maría.

Para finalizar, ¿podrías compartir alguna reflexión, consejo o mensaje para los psicólogos y psicólogas del deporte y quienes se plantean un futuro profesional en nuestro ámbito?

Como dije antes, yo no soy nadie para dar consejos, pero aplicando mi filosofía de vida, os diría que cuando uno lucha por algo que cree, a pesar de las trabas, se acaba consiguiendo. Es duro y muchos renunciarán, pero merece la pena.

¡¡Un abrazo a todos/as y mucho ánimo!!