

El volante de 21 años estuvo a punto de irse a préstamo a Ñublense por bajo rendimiento

# “Lucas ahora disfruta la presión de jugar en la U”: sicólogo de Assadi cuenta cómo lo recuperó en cuatro meses

“Vivimos un tiempo de velocidades tecnológicas distintas, la del scroll, de mover el dedo. Pero el deporte no va a la velocidad de la tecnología. Eso frustra”, explica Alexi Ponce.

ALEJANDRO VILLEGAS

Parece mentira, pero junio fue el mes más oscuro para Lucas Assadi. De vuelta de las vacaciones de invierno, Gustavo Álvarez cortó por lo sano e hizo la lista de los que tendrían que salir. A Julián Alfaro, Renato Huerta y el venezolano Bianneider Tamayo les mostraron la puerta de salida y el “10” de los azules estuvo a minutos de armar las maletas. De hecho, Ronald Fuentes hizo todo y más para conseguir un préstamo para Ñublense, que se frustró debido a un personaje que pocos conocen y que provocó un giro radical en esta historia.

Se trata de Alexi Ponce, licenciado en psicología de la Universidad de Concepción y con un postgrado en psicología del deporte, quien se convirtió en el hombre clave detrás de este renacer y a quien la propia joya de la U le dio las gracias. “Empecé con un sicólogo que me ha ayudado bastante a recuperar la confianza y mantener un rendimiento que me faltaba”, explicó Assadi en una entrevista que dio a “Todos somos técnicos” de TNT Sports, justo después de anotarle a Unión Española en el inicio de su resurrección.

“Me ha ayudado, sobre todo cuando no estaba jugando, me decía qué veía él desde afuera, mi actitud corporal que creo que es importante lo que uno demuestra hacia afuera. Así también como las personas sienten cómo está uno, en actitud, me ha ayudado mucho. No sé si la palabra es más canchero, pero tengo que demostrar que estoy aquí”, explicó Assadi.

¿Y qué hizo Ponce? Pues hablar. Conversar mucho. Todas las semanas y por horas. “A mediados de mayo, gente del círculo cercano a Lucas me contactó y desde entonces llevamos cuatro meses trabajando juntos. Él ha mejorado, pero aún le falta”, detalló el sicólogo deportivo que lleva ya 24 años trabajando en el Centro de Alto Rendimiento.

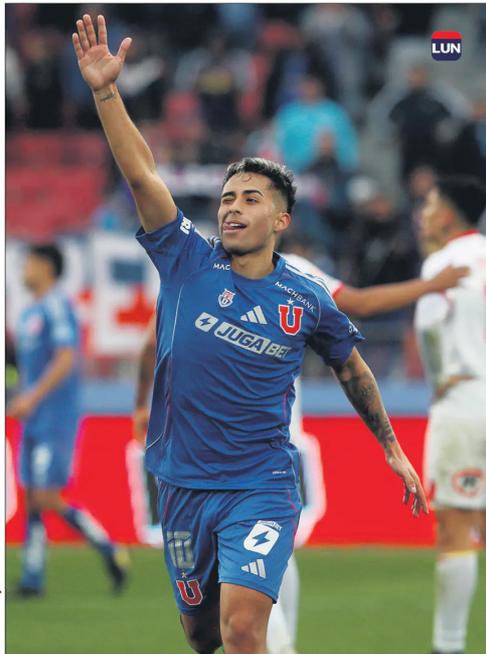
**¿Lo encontró muy mal cuando empezó a trabajar con Assadi?**

“De partida, él tuvo la capacidad de asumir que le faltaba algo. Además, sentía mucha responsabilidad por las expectativas, aunque sabe

“Assadi tuvo la capacidad de asumir que le faltaba algo. Sentía mucha responsabilidad por las expectativas, le faltaba entender los tiempos”, dice Ponce.



CEDIDA



ELISA VERDEJO

Después de haber sido borrado del equipo por Gustavo Álvarez, ahora Assadi se echa el equipo al hombro, con 40.000 personas en el estadio.

que tiene las condiciones, le faltaba esta otra parte de entender los tiempos”.

**¿Qué cosas trabajaron?**

“Sobre todo elementos de cómo manejar la presión, cómo manejar el no ser titular o no jugar todos los mi-

nutos que él creía que debía jugar. Lo importante es que logró convencerse de que él sí es bueno, muy bueno, y creo que cuando le llegó la oportunidad la pudo aprovechar, cuatro meses después”.

**¿Cuántas veces se juntan en la semana?**

“Son sesiones semanales, en algunos casos puede haber una frecuencia mayor cuando hay cosas atinentes. Las sesiones son de un par de horas”.

**¿Es indispensable que el futbolista quiera tratarse?**

“Idealmente es que haya una voluntad o que entienda que la parte psicológica la puede mejorar. Pasa que el deportista no cree o no siente hasta que se da cuenta que la psicología funciona”.

**¿Assadi es digno de un caso de estudio por lo rápido que se recuperó?**

“No sé si de estudio, pero Lucas para mí ha sido fácil de trabajar porque su punto de partida es muy alto. Él tiene un alto compromiso y entrenamiento. Sólo había que ayudarlo y la psicología vino a poner esta guinda de la torta para que hoy se vea con alegría y confianza. Mire cómo se echa el equipo al hombro con 40.000 personas en el estadio. Mire cómo Lucas ahora disfruta la presión que significa jugar en la U”.

**¿Se puede decir que ya está empoderado?**

“Es que vendrán nuevos desafíos,

el día de mañana ese mundo exterior va a cambiar, a lo mejor va a ser otro país, otro idioma, otra cultura, otra competencia. Y se tendrá que adaptar a esa nueva realidad y estará en permanente crecimiento”.

**A Lucas le cambió hasta la expresión corporal. Disfruta como ninja, de hecho...**

“Sí, ustedes ahora lo ven cómo disfruta su emocionalidad y que es capaz de transmitir lo que le pasa. El trabajo de la comunicación no verbal es justamente lo que intervenimos desde la psicología”.

**¿Hay cosas que aún lo puedan dañar? Las redes sociales, por ejemplo.**

“Yo creo que no. Lo más peligroso es el desconocimiento de uno mismo y de la importancia de la ayuda psicológica. Pero Lucas ya se dio cuenta”.

**Pero Assadi es parte de una generación que se frustra muy rápido, ¿no?**

“Pero eso es un problema cultural. Vivimos en una sociedad donde queremos que todo se resuelva en una aplicación y tiene que ser rápido. Vivimos un tiempo de velocidades tecnológicas distintas, la de scroll, de pasar un TikTok, de mover el dedo. Entonces, el deportista quiere que su desarrollo deportivo funcione con esa lógica, pero el deporte sigue siendo lo más humano que hacemos y no va a la velocidad de la tecnología. Eso da ansiedad, frustra. Y requiere trabajo mejorarlo”.