

Lo que mi mente subrayó:

“Los cinco monos cautivos”

Un grupo de científicos colocó cinco monos en una jaula, en cuyo centro situaron una escalera y, sobre ella, un racimo de plátanos. Cuando un mono subía la escalera para coger los plátanos, los investigadores lanzaban un chorro de agua fría sobre los que quedaban en el suelo. Después de algún tiempo, cuando un mono iba a subir la escalera, los otros lo sujetaban y lo golpeaban. Pasado algún tiempo, ningún mono subía la escalera, a pesar de la tentación de los plátanos. Entonces, los científicos sustituyeron uno de los monos. Lo primero que hizo fue subir la escalera, pero fue rápidamente bajado a golpes por los otros. Después de algunas palizas, el nuevo integrante del grupo ya no subió más la escalera. Un segundo mono fue sustituido, y ocurrió lo mismo. El primer sustituto participó con entusiasmo de la paliza al novato. Un tercero fue cambiado, y se repitió el hecho. El cuarto y, finalmente, el último de los veteranos de cinco monos que, aun cuando nunca recibieron un baño de agua fría, continuaban golpeando a aquel que intentase llegar a las bananas. Si fuese posible preguntar a algunos de ellos por qué pegaban a quien intentase subir la escalera, con certeza la respuesta sería: “No sé, las cosas aquí siempre se han hecho así.”

LA MORALEJA: *En nuestra sociedad, y más en concreto en el fútbol, existen muchos monos viejos que no dejan alcanzar los plátanos. Vivimos instalados en el conformismo y rodeados de hábitos y conductas estereotipadas. Tenemos una visión de la realidad en la que coexiste una constelación de conceptos, creencias, percepciones y prácticas enquistados en el tiempo que no aportan las mejores soluciones para la optimización del rendimiento de un jugador y un equipo de fútbol. Debemos revisar nuestros paradigmas.*

Juan Luis Martínez
(Fútbol: La preparación física en el entrenamiento sistémico)