

AMIR ZULIĆ PSIHOLOG KOJI PRIPREMA BROJNE SPORTAŠE O ZATVORENIM VRATIMA STOŽERA VATRENIH, RECEPTU ZA USPJEH I NOGOMETNOJ EUFORIJI

VAŽNO JE ZABAVITI SE u okviru zadane taktike

Ne treba razmišljati tko nam nedostaje, imamo li dobre igrače, jesu li igrali u svojim klubovima ili nisu, već vidjeti što se da napraviti, a onda s entuzijazmom ići na Euro. Ne s entuzijazmom »mi ćemo osvojiti prvenstvo« već s entuzijazmom što sudjelujemo

Siniša PAVIĆ, snimio Ognjen ALUJEVIĆ



Počelo je! Sa stranica sportskih rubrika vrišti: »Atmosfera je nikad bolja«, »Imamo štofa za prvaka Europe«, »Utakmica s Irskom je presudna«, »Bilićev odlazak kviri atmosferu«, »Bilićev odlazak ne kviri atmosferu«, »Euforija je počela«....Što je datum početka Europskog prvenstva u nogometu bliže – a nema do tad ni dva tjedna – to se više čini kako prvenstvo i utakmice ne dobiva vješto baratanje loptom već – psihologija! No, makar je vazda u nas tako, makar se sve čini da se učini kako je u nogometu presudna glava a ne noge, u našem stručnom stožeru i opet nema psihologa!? Možda baš zato, jer sve to citirano o atmosferi i euforiji, baš kao i zavjetovanje u naslov prvaka, s istinskom psihologijom i nemaju veze. Zašto su ozbiljnim psiholozima zatvorena vrata stožera Vatrenih, zašto svatko misli da o psihologiji sporta zna i sam sve i kako bi to psihološki valjalo pripremiti reprezentativce, pitali smo Amira Zulića, psihologa, čelnog čovjeka tvrtke Ponder koja se bavi psihološkom pripremom sportaša, predavača psihologije sporta na

Nogometnoj akademiji HNS-a, prvog čovjeka Razreda za psihologiju sporta Hrvatske psihološke komore, te na koncu čovjeka koji je u jednom trenu bio posve blizu suradnji sa stručnim stožerom Slavena Bilića.

Zašto razgovaramo u zagrebačkom kafiću, a ne na pripremama Vatrenih?

– Valjda zato što je stručni stožer odlučio da im ne treba psiholog. Ili možda misle da to područje mogu pokriti uključujući neke druge profile koji će kompenzirati nedostatak psihologa. Ili im to uopće nije važno, pri čemu ne mislim na psihologiju, već na to da im nije važan rezultat.

Najavljivanje rezultata

Znači, opet bi, kad dogori do noktiju, u pomoć mogli zvati bioenergetičara!?

– Svaki malo bolji udžbenik za nogometne trenere počinje rečenicom koja kaže da se ukupna pripremljenost sportaša sastoji od tehničke, taktičke, fizičke i psihološke. Ako je to tako i ako vrhunskom igraču date vrhunskog trenera, kondicijskog trenera, pomoćne trenere, vrhunske liječnike, onda bi bilo dobro da im date i psihologa jer je to po definiciji bitno za pripremu. Sve drugo je lutanje. A s psihologom si se pokrio i dokinuo sve alibije koji mogu proizaći iz toga što ga nemaš. Uostalom, pogledajte što se događa kada reprezentacija ne uspije, kako kada se izgubi u prvi plan dolaze psihološki argumenti; nisu htjeli, nisu bili koncentrirani, bili su prenapeti, fizički su pali u finišu utakmice jer su »izgorjeli« i prije nje.

Razgovor počinjemo ovako iz jednostavnog razloga što su vas, koliko znam, Bilić i suradnici tražili za savjet prije onih odlučujućih utakmica s Turskom. Obećali su se i kasnije javiti, no javili se nisu.

– Očito su savjeti bili dovoljni za Tursku, a možda im se čine preslabi za Europsko prvenstvo.

Atmosfera se svejedno pumpa, poručuje se uglavnom to da smo materijal za prvaka. Jesmo li opet zašli u sferu jeftinih stereotipa, ili je takav optimizam možda i dobar?

– Kada bi od tih 16 reprezentacija svaka rekla da će biti prvak, bar 15 njih bi lagalo. Čak i da postanemo prvaci, ta izjava da ćemo postati prvaci Europe tome ne bi doprinijela ništa.

No, nisu li poruke iz našeg tabora najblaže rečeno kontradiktorne? S jedne strane smo prvaci već sada, a s druge se kuka nad činjenicom da selektor odlazi nakon Eura.

– Najavljivanje rezultata nije dobro. Nije dobro previše se zamarati budućnošću. Idemo odigrati što bolje možemo, pa ćemo vidjeti koliko to vrijedi. Vrijedimo sigurno toliko da smo među 16. To smo pokazali. Sad da vidimo koliko to vrijedi među tih 16. A što se tiče spomena atmosfere vezano za odlazak Bilića nakon prvenstva, to nema veze. Uostalom, treneri bi uvijek htjeli da im igrači imaju riješene statuse prije početka priprema, pa zašto onda i trener ne bi imao riješen status. Niti oni igraju jedan za drugoga, niti igraju za trenera. Oni igraju za reprezentaciju, reprezentiraju državu. Oni su svi tu u funkciji države. Nisu tu zbog Bilića, vlastite prodaje, ili da bi gubili vrijeme. Oni su tu da pomognu jedni drugima da reprezentacija čim bolje igra.

No, domoljublje u nas i nije obljubljen neki termin. Više ga se zlorabi u raznorazne dnevopolitičke svrhe.

– Slažem se, ali ovo je natjecanje država i kako sad to izbjeći!?

Efikasnost tima

Moj je dojam da Bilić, a ništa bolji nisu bili ni njegovi prethodnici, od psihologa jednostavno bježi. Uostalom i u svoj će novi ruski klub otići vodeći sa sobom kompletan stručni stožer reprezentacije, ali psihologa ne.

– Ono što je sigurno, ako imate mogućnost i ako imate sredstva da angažirate sve koji mogu sudjelovati u efikasnosti vašeg tima onda je apsolutno normalno da ćete uzeti i psihologa. Ako ga ne uzmete, a imate mogućnosti, onda se zaista može govoriti o tome da mislite kako je područje koje bi pokrio psiholog ono koje možete pokriti i sami nekim svojim iskustvom.

Ili odlaskom u Međugorje.

– Odlaskom u Međugorje, ili s puno razgovora s igračima, i slično. Međutim, nije baš tako.

Individualni sportaši su tu potrebu za psihologom puno bolje shvatili i prihvatili.

– Zna li koji je to sport u kojem ima najviše angažiranih sportskih psihologa? Golf! To je sport u kojem prvih 300 igrača na svijetu ima svaki svoga psihologa. Drugi je tenis. Zašto golf? Zato, jer gdje je najviše novca tu je i najviše stručnih ljudi. Zato jer se ništa ne želi prepustiti slučaju. A što se tiče grupnih sportova Jürgen Klinsmann je 2006. godine nakon što je morao koristiti psihologa lijepo rekao kako sportaši u grupnim sportovima ne razumiju koliko su u zaostatku za individualnim s obzirom na psihološku pripremu.

Griješe li nogometni treneri u startu, griješe li kad zaboravljaju da im ekipu čini 11 različitih individua?

– Nogomet je vrlo zanimljiva igra zato jer je tu puno interakcija. Izvjesnost rezultata je puno manja nego u nekim drugim sportovima, tu slabiji često znaju pobijediti na papiru jačeg. I onda se grade različite iracionalnosti. Postoji, naime, puno faktora koji utječu na rezultat, njih se sve ne može kontrolirati i onda misliš da je možda nešto što si iracionalno pokušao kontrolirati zaista utjecalo na rezultat.

OČITO POSTOJI POTREBA ZA PSIHOLOZIMA

***Koliko struka uspijeva dignuti svijest o
potrebi psihologa na višu razinu?***

*– Ja sam zadovoljan napretkom struke u
zadnjih 15, 20 godina, makar taj
napredak nije takav da bi bilo psihologa
u svakom nogometnom klubu i u svakog*

Pucati i pogoditi

A možda se na psihologu samo najlakše šteti?

– To je veliki problem, ne samo nogometa nego i inače, to što na zapadu vlada uvjerenje da ćeš više dobiti, što više uložiš, dok se kod nas traži odgovor na pitanje kako da uložim pet kuna na kladionicu a dobijem milijun kuna.

No, svi se mi rado hvatamo za psihološke termine i njima sve dobro i loše pokušavamo objasniti. Olič promaši jedanaesterac za Bayern a novine pune analize kako će to djelovati na njega, na nas, na Euro.

– Ja ne znam kako on doživljava svoje pogotke i promašaje. Ako ih doživljava preburno, nije dobro. Mislim da su psihološki dobri nogometaši, napose napadači, oni koji će tijekom utakmice i promašiti pet šest prilika, a onda sedmu zabiti. To znači da ih oni promašaji nisu omeli. Tako je i s jedanaestercima. Što ima veze što je promašio, ako će na sljedećoj utakmici imati želju i spremnost opet pucati i pogoditi. Zanimljivi su ti jedanaesterci i izjave Olića nakon serije u finalu Lige prvaka. Kaže kako su, kada se pojavilo pitanje tko će pucati, neki igrači Bayernu to odbili, a on je preuzeo odgovornost. Po meni, Olič govori kako ni on nije bio pripremljen, jedino što je on preuzeo odgovornost.

Kad već spominjemo infarktno finale Lige prvaka, netom nakon trijumfa Chelsea pojavili su se naslovi kako i mi želimo igrati poput Chelsea, samo nam nedostaje Drogba. Zvuči i opet kao unaprijed dan libi za svaki eventualni neuspjeh.

– Svakome nedostaje Drogba, ha, ha. Ne treba razmišljati tko nam nedostaje, imamo li dobre igrače, jesu li igrali u svojim klubovima ili nisu, već vidjeti što se da napraviti, a onda s entuzijazmom ići na Euro. Ne s entuzijazmom »mi ćemo osvojiti prvenstvo«, nego s entuzijazmom što uopće sudjelujemo na Europskom prvenstvu. Sretni smo i zadovoljni što smo dobili priliku sudjelovati na festivalu nogometa i idemo nasmijanih lica u te utakmice.

Ali, ova država ne zna za takvu vrstu entuzijazma. Mi ni na Eurosong ne idemo s takvim entuzijazmom.

– Možda bi bilo više uspjeha da idemo. Nogometaše nitko nije natjerao ni da igraju za reprezentaciju, ni da se bave nogometom, već su oni izabrali to da se bave nečim što vole raditi. Ajde onda da se to i vidi. Ajde da vidim u Modrića, kad pogodi ili promaši, da je sretan što ima priliku igrati, sretan što ima priliku pokazati što sve zna. Jer, mi se prezentiramo, idemo na Euro da bismo pokazali svijetu i Europi kako igramo nogomet!

Da mi ne brkamo entuzijazam i euforiju koju, prije koji dan, zaziva kapetan Srna? Entuzijazam i euforija nije isto!?

– Nije isto. Euforični smo bili u onom četvrtfinalu protiv Turske, pa se vidjelo kako to djeluje. Bilo bi dobro da su oni dobre volje. To bi se dalo nazvati nekim blago dobrim raspoloženjem koje vlada cijelo vrijeme, koje je jednako i u pripremama i u utakmici, i koje ne podliježe promjenama s obzirom na situacije koje se događaju. Ozljede, kartoni, golovi, svejedno je jer mi smo uvijek jednako dobrog raspoloženja i pripremljeni za svaku sljedeću situaciju. Ako, pak, dozvolimo previše emocija, dobrih ili loših, onda smo, dok se ne vratimo u ravnotežu, jako labilni.

sportaša.

U Hrvatskoj radi jedno desetero, petnaestero sportskih psihologa, netko više netko manje. Najgore je što postoje ljudi koji nisu psiholozi a to rade.

Očito postoji potreba za psiholozima, ali ponekad ljudi ne znaju kome se obratiti, obrate se nekom nepsihologu koji zna par trikova, pa ako se ne dođe do uspjeh kriva je loša psihološka priprema.

BITI NAVIJAČ I OČEKIVATI MAKSIMUM – NE POBJEDU

Što s navijačima? Kako da oni smire svoja očekivanja, svoje strepnje i strahove?

Općenito, manje je dobro biti navijač i očekivati pobjedu, već biti navijač i očekivati maksimum. Biti navijač i voljeti svoju reprezentaciju i svoju državu takvu kakva je makar bi htjeli da je i uspješnija. Zvuči dobro, no bilo je sve samo ne lako ovu prvoligašku sezonu, recimo, biti navijač Rijeke ili Hajduka.

Istina je, ali je i zanimljivo da i opet ti navijači nisu prestali navijati i da će opet navijati za svoj klub. Znači da postoji određeni entuzijazam prema klubovima bez obzira što su trenutno možda manje uspješni. I to treba cijeliti. I ne iskorištavati u nedogled.

No, narodima na ovom dijelu kugle zemaljske euforija je dana. Svašta smo, ali Skandinavci nismo.

– Naravno, ima taj naš mentalitet dobrih momenata. Takvim se mentalitetom oslobađa puno energije, samo je pitanje da li je možemo kontrolirati. A ne možemo je kontrolirati kada prijeđe neke granice bilo euforije, bilo pretjeranog razočarenja.

Medijski pritisak

Dojam je da smo najveći teret stavili na leđa Luke Modrića. Sudba je to plemenitih »desetki«, no kako mu pomoći da taj teret što lakše iznese?

– Modrić je, koliko ja vidim, dobar, jako dobar, ali kad je u igri kod njega se ne vidi taj entuzijizam. Malo više osmijeha dobro bi došlo. Savjet je, neka se zabavlja na terenu. Ne samo on nego i drugi. Neka se zabavljaju unutar taktike koju je trener odabrao. Neka se zabavljaju onako kako se Barcelonini igrači zabavljaju unutar svoje taktike.

Zašto se čini, kad govorimo o entuzijizmu, da su puno zadovoljniji samom igrom vaterpolisti, rukometaši, svi prije nego nogometaši?

– Medijski pritisak je veći. Olimpijske igre će, primjerice, pokazati kako taj pritisak podnose mali sportovi, oni koji nikada nisu toliko u žiži kao za Olimpijskih igara. Vidjet ćemo koliko će se uspjeti odmaknuti od pritiska.

Spomen Olimpijade dovodi nas do sportaša s kojim radite, do olimpijaca jedriličara Šime Fantele i Igora Marenića, hrvača braće Nenada i Nevena Žugaja, stolnotenisača Andreja Gaćine i Zorana Primorca kojem su ovo nevjerovatne sedme Olimpijske igre. Sve vrhunski sportaši.

– Tko god misli da je to što je učinio Primorac lagano, jako griješi. Njegov put do plasmana je bio izuzetno težak i već samim plasmanom smo medalji puno bliži. Ali, mi ne govorimo o medaljama. Mi govorimo o dobrom zabavljanju, o tome da je to festival sporta, prilika da se pokaže ono što se zna, a što će biti – to i njih zanima. Zato i idu tamo!

No, kako se riješiti eventualnog rezultatskog imperativa?

– S jedriličarima sam, primjerice, počeo raditi u ožujku prošle godine. Krenuli smo od toga što su to zapravo Olimpijske igre. Da li na Olimpijadi vjetar jače puše, je li more više slano, jesu li brodovi veći a jedra manja, ili je u pitanju situacija koju su tisuću puta prošli. Ako im se Olimpijske igre predstavi kao nešto što su prošli tisuću puta onda će se osjećati ugodno, a ako se stvari postave tako da je to nešto ogromno i čudno onda su u situaciji da rade nešto što nikada nisu radili pa se osjećaju malo drugačije, čudnije, zatočenije.

Zanimljivo je da su svi zvali vas i da sa svima radite duže vrijeme.

– Tako je. Oni su zaista jako dugo u nekom procesu rada. Nikakvi to nisu trikovi. Kada je netko u dugom postupku rada, tada se može i intervenirati, a ne može se intervenirati tako da netko dođe pred utakmicu, kaže neku pametnu rečenicu i misli da će to preokrenuti sve.

Reklo bi se, oni famozni treneri-psiholozi zapravo uopće ne postoje?

– Trener je psiholog onoliko koliko sam i ja trener jer znam što to znači 4-4-2. Ono bitno je da je trener kontrolor situacije. Sve je pod kontrolom, i kad gubimo, i kad vodimo, i kad pucamo jedanaesterce. Bilo bi dobro da trener ima taj gard koji govori »sve je pod kontrolom«.

I ništa nas ne smije iznenaditi!?

– I što god da bude – sve je u redu!