

ДО ОТКРЫТИЯ ЗИМНИХ ИГР – 1395 ДНЕЙ

ПСИХОЛОГИ СВЕТЛАНА И ЮРИЙ КУЗНЕЦОВЫ:

# ЖАЛЬ, ЧТО НАС НЕ ВЗЯЛИ В ВАНКУВЕР



●●● Они не называют свои разработки секретными. Но признают – на Западе подобными методиками не обладают. И купили бы у русских «весь пакет». За большие деньги. Русские не продают. Среди тех, с кем работали эти специалисты, – чемпионка Пекина, призеры Ванкувера. Притом руководители Центра информационно-психологической безопасности Светлана (на фото) и Александр Кузнецовы избегают заявлений о своем «решающем вкладе в наши победы» – немногочисленные и оттого более ценные.

Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ

Кузнецовых я увидел в январе в Рыбинске. На этапе Кубка мира они работали с лыжниками, которые готовились к Ванкуверу. А с несколькими лидерами команды, как я узнал, контактировали и раньше, осенью 2009-го. Тогда, за три недели до Игр, знатоки человеческого духа вежливо, но твердо от интервью отказались.

Позвонили в конце марта. Встретились в их строгом офисе без вывески недалеко от «Лужников».

## НА ИГРЫ КАК НА ПОЖАР

– Вы руководите Центром информационно-психологической безопасности и НИИ ресурсных технологий. С олимпийцами работали по велению души или по контракту?

– За два месяца до Игр в Пекине Вячеслав Фетисов, руководивший тогда Росспортом, предложил поработать с олимпийскими сборными. Мы объяснили, что в такой срок невозможно эффективно взаимодействовать с большим количеством людей. В итоге согласились взять двоих. Одна девочка поехала на Олимпиаду и стала чемпионкой. Другой спортсмен по не зависящим от нас причинам в финальный турнир не попал.

Что касается зимних видов, то сначала мы познакомились с тренером дистанционщиков Юрием Бородавко, а потом нас пригласил глава лыжной федерации Владимир Логинов.

– Без контракта?

– Скажем так, в качестве консультантов. Нам было очень интересно. В команду дистанционщиков мы вошли в ноябре. Важна была позиция их тренера, Юрия Бородавко. Он мог заявить, что посторонние люди мешают тренировочному процессу. Он так не сказал. В итоге мы с удовольствием вспоминаем общение с Сашей Легковым, Максимом Вылегжаниным, Аленой Сидько...

– ...которая, выиграв в декабре «Красногорскую лыжню», через три недели вылетела из сборной из-за положительной пробы на ЭПО...

– Алена – интересный человек, восприимчивый к нашим методикам. Не считаем возможным углубляться в причины ее отстранения. Она сама пришла к нам в Давосе. Значит, чувствовала свою силу. И очень хотела попасть на Игры. Разве человек, который готовится к Олимпиаде, будет стремиться к психологу, а потом применять допинг?

– Но в итоге она пролетела мимо Ванкувера, а Легков и Вылегжанин туда поехали. И после первых гонок показалось, что как раз психологической устойчивости им не хватало.

– Делать выводы, глядя на телекартинку, – непрофессионально. Мы уважительно относимся к Саше Легкову. Он был первым, кто к нам пришел. И первым показал, что наши методики могут действовать так сильно. Саше были даны серьезные упражнения. Он прекрасно с ними работал (это к досужим разговорам о том, что большинство спортсменов – люди недалекие). Мы не можем заставить человека выполнять упражнения, которые он не понимает. А наши методики рассчитаны на интеллектуально развитых людей. Это практически физика и математика.

– После 4-го места в индивидуальной гонке Легков крикнул, что пошел за деревянной медалькой. Он чуть не плакал. Товарищи по команде позже признали, что больше суток Саша пребывал в депрессии. Но потом встряхнулся. Будь вы в Уистлере – смогли бы привести его в норму быстрее?

– Нам не нравятся люди, заявляющие, мол, если б я там был, то все бы изменил. Неизвестно, как все могло происходить в реальности. Тогда было очень важно доверие Легкова к тем, кто с ним работает. Для психолога Саша очень хорош в работе – отлично видит, слышит, чувствует.

– Во время Игр у вас не было связи ни с кем из спортсменов, с кем вы работали осенью и зимой в лыжной сборной?

– Кто-то писал по электронной почте. Кто-то звонил. Но наша работа требует двух-трех часов личного общения. С каждым. Ни накануне Ванкувера, ни когда все ребята оказались в Канаде мы не работали так, как хотели. И так, как было необходимо. При том, что мы понимали: психолог, которого допускают в национальную сборную, должен очень аккуратно входить в этот единый, слаженный организм, который много времени живет по своим определенным законам и программам.

## ПРОПУСК В СБОРНУЮ

– Год назад у первой национальной команды появился новый главный тренер – Юрий Чарковский. Он был призван снять напряжение между группировками внутри сборной и объединить всех ради единой цели – побед в Ванкувере...

– С Чарковским получилась интересная ситуация. Когда мы только приехали в сборную, он к нам отнесся весьма настороженно. Он, как выяснилось, прежде



НИКИТА КРЮКОВ И АЛЕКСАНДР ПАНЖИНСКИЙ ВМЕСТЕ УЖЕ ШАГНУЛИ К ПОБЕДНОМУ ОЛИМПЕЙСКОМУ ФИНИШУ...

ФОТО АП

видел немало психологов, которые приходят, начинают слишком часто размахивать руками и избыточно много говорить. Такие специалисты, как правило, требовали к себе чересчур много внимания. И, кроме того, влезали напрямую в тренировочный процесс. То есть начинали учить тренеров-практиков, что можно им делать и что нельзя. Мы только можем спросить тренера: что вам нужно? Получив ответ, что нужно то-то и то-то, приступаем к работе. Чарковский это быстро понял. Мы сработались.

– Спортсмены должны сами выразить желание пообщаться с психологом «до» или «после» тренировки или старта или это происходило в «добровольно-принудительном порядке»?



«САША ЛЕГКОВ ПЕРВЫМ ДОКАЗАЛ, ЧТО НАШИ МЕТОДИКИ МОГУТ ДЕЙСТВОВАТЬ ТАК СИЛЬНО!». ФОТО РЕЙТЕР

– Ни в коем случае, никакого принуждения! В сборной знали, что на базе присутствуют психологи, – и все шли сами. Случалось, что тренер просил составить наше мнение о том или ином спортсмене. Но мы могли предоставить данные, полученные в результате нашей работы со спортсменом, только с его согласия. Это же как врачебная тайна, информация исключительно конфиденциальна.

В итоге очередь к нам выстраивалась иногда до двух ночи.

– Но первоначальную наводку все-таки давал тренер?

– Да, сначала мы говорили с тренером. И с Бородавко, и с Каминским. И уже только после этого начиналась работа с ребятами. Очень индивидуальная. Притом мы все время подчеркиваем: нам хотелось, чтобы предлагаемые технологии вы испытывали в более спокойный, тренировочный период, а не во время соревнований. Но решение о том, когда их применять, вы должны принять только сами.

## СПРИНТ, СПРИНТ, СПРИНТ!

– Почему вы оставили дистанционщиков и переключились на спринтеров?

– Просто потому, что дистанционщики уехали из страны, а у нас здесь постоянная практика. А со спринтерами нам дали возможность поработать в Демине под Рыбинском и месяцем ранее – на этапе Кубка мира в Давосе, быстро сделав визы и аккредитации.

– Вы сказали: предпочтительнее, чтобы спортсмен применял ваши методики перед тренировочным стартом, а не перед олимпийской гонкой. Значит ли это, что в стрессовой ситуации предлагаемые вами упражнения менее эффективны?

– Приведем случай с одним из спринтеров сборной. Известно, что иногда они бегут, сформулируем так, не «свои» дистанции. Так вот, этот очень хороший спринтер уже на завтра должен бежать на серьезных международных соревнованиях «чужую» дистанцию. А сегодня у нас с ним происходит долгий разговор. Причем, учитывая, что у него психологическое образование, разговор идет как с коллегой. Предлагаем ему наши упражнения. Обучились, сделали, попробовали в кабинете. И честно объясняем: «Конечно, хотелось бы, чтобы ты попробовал это применить в более спокойной обстановке. Но завтра у тебя гонка. Если ты настроен попробовать сделать это упражнение во время ответственных стартов –

## НОВОСТИ ХОККЕЯ

БЫКОВ И ЗАХАРКИН  
ОСТАЮТСЯ В УФЕ

Тандем тренеров сборной России Вячеслав Быков — Игорь Захаркин продолжит работу в «Салавате Юлаеве». Это стало ясно после вчерашней встречи наставников с руководством клуба.

— Получился профессиональный разбор полетов и конструктивный разговор, — рассказал вчера вечером корреспонденту «Советского спорта» Кириллу БЕЛЯКОВУ Игорь Захаркин. — Руководство заслушало наш доклад, мы получили в ответ ценные замечания. В ходе творческой дискуссии мы поняли недостатки в своей работе. Тем, как команда провела регулярный чемпионат, выиграв Кубок континента, естественно, все довольны. А вот результатами плей-офф никто не удовлетворился. Хотелось, конечно, большего, нежели бронзовые медали. В целом же за сезон нам поставили оценку «удовлетворительно».

— Насколько кардинально изменится состав «Салавата» в следующем сезоне?

— Костяк команды сохранится. Будет точечное усиление. С руководителями клуба в этом плане у нас полное взаимопонимание. Нас попросили жестче работать: отказываться от тех, кто не вписывается в тренерскую философию, и формировать новый облик команды.

— Кому точно придется уйти?

— Есть такие, но пока говорить о персоналиях преждевременно, так как контракты игроков действуют до 30 апреля.

— Когда вы прибываете в расположение сборной России для подготовки к товарищеским матчам с Италией?

— 18 апреля все хоккеисты прибудут в Новгородск и начнут сбор под нашим руководством. На вторую половину дня запланировано занятие в тренажерном зале и на льду.

В ПИТЕРЕ НАЗОВУТ ИМЯ  
НОВОГО ТРЕНЕРА В СУББОТУ

Генеральный менеджер питерского СКА Андрей Точицкий в интервью «Советскому спорту» заявил, что имя нового главного тренера будет объявлено 17 апреля, и опроверг информацию о том, что преемником Барри Смита станет канадец Ральф Крюгер.

— Информация о том, что СКА возглавит наставник сборной Швейцарии Ральф Крюгер, которая появилась во вторник в Интернете, не соответствует действительности, — отметил Точицкий в разговоре с корреспондентом «Советского спорта» Максимом КОРШУНОВЫМ.

— Значит, швед Бенгт-Оке Густафссон остается главным претендентом на пост главного тренера СКА?

— Потерпите четыре дня. 17 апреля на Малой арене СК «Юбилейный» состоится товарищеская встреча: СКА против СКА-1946. Команды будут играть в смешанных составах. В матче также примет участие хоккеисты ХК «Газпромэксспорт», где капитан команды — председатель Совета директоров СКА Александр Медведев. После игры пройдет его пресс-конференция, на которой Медведев и объявит имя нового главного тренера.

Напомним, что на прошлой неделе «Советский спорт» сообщал о том, что СКА близок к контракту с главным тренером сборной Швеции Густафссоном. Но, по нашей информации, швед запросил слишком большие деньги, и клуб взял время на раздумья.

Тем временем в кулуарах говорят о том, что в СКА совсем скоро могут появиться и первые новички. Называются имена защитника московского «Динамо» Дениса Денисова и шведских форвардов — Маттиаса Вейнхандля и Тони Мортенссона.

## ЮНИОРСКИЙ ЧЕМПИОНАТ МИРА

Вчера юниорская сборная России удачно стартовала на чемпионате мира в Белоруссии, обыграв соперников из Чехии со счетом 4:1. Голы у россиян забил Сергей Барбашев из ЦСКА-«Красной Армии», Максим Шалунов из «Белых медведей», Виктор Антипин из «Стальных лисов» и Владислав Наместников из «Химика».

## Результаты остальных матчей:

Группа А  
Канада — Швейцария — 1:3  
Швеция — США — 4:2

Группа В  
Финляндия — Латвия — 7:2

## МОЛОДЕЖНАЯ ЛИГА

## ПЛЕЙ-ОФФ. ПОЛУФИНАЛЫ. ЧЕТВЕРТЫЕ МАТЧИ

Кузнечки медведи — Толпар — 4:2 (2:1, 0:0, 2:1).  
Голы: Ковтун, Четыркин, Капотов, Жданов — Полозов, Каменев.  
Счет в серии: 2-2.

Белые медведи — Стальные лисы — 1:3 (0:3, 1:0, 0:0).

Голы: Брюханов — Мамин, Потехин, Ишмаматьев.

Счет в серии: 1-3.

«Стальные лисы» вышли в финал, а пятый матч серии «Толпар» — «Кузнечки медведи» состоится в пятницу, 16 апреля, в Уфе.



...НО, ПО МНЕНИЮ СВЕТАНЫ И АЛЕКСАНДРА КУЗНЕЦОВЫХ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ОЛИМПИОНИКИ ЕЩЕ ОЧЕНЬ МОЛОДЫ. ФОТО ИГОРЯ ЕМЕЛЬЯНОВА

пробуй. Но это должно быть только твоим решением».

— Он попробовал?

— Да.

— Получилось?

— Получается всегда. Но другое дело — когда они на расстоянии, это все равно что учить ребенка кататься на двухколесном велосипеде. Говорите-то вы все правильно. Но ребенок садится в седло и половины ваших слов не слышит. Пока он сам не проехал, не упал, не почувствовал на себе. И потом он спрашивает: «А что же раньше-то не сказали вот про это и вот про это?». А мы говорили! То есть даже самый думающий спортсмен должен все испытать на себе, почувствовать. И мы с большим уважением отнеслись к ним, потому что они это поняли и приняли.

— Из пяти российских спринтеров-мужчин, работавших с вами, четверо взяли медали в олимпийском Уистлере. Эффект был достигнут в том числе и благодаря вам?

— Победы достигнуты спортсменами. Это их личная заслуга. Хотя мы их всех протестировали. А, например, в Демине нам предоставили возможность находиться прямо на старте, куда допускают только тренеров и спортсменов.

## НИКАКОГО РАССЛАБЛЕНИЯ!

— Прокомментируйте знаменитого тренера Елену Чайковскую: «С психологами надо работать аккуратно. Я работала со многими. Иногда происходит подмена понятий. Они одеяло стягивают на себя. Психологи тебя изумительно уведут от соревнований, гуляют с тобой, расслабляют. И лишь только психолог видит, что спортсмен захмурился, он его уводит в сторону. И в таком расслабленном состоянии фигуристы выходят на лед. А ты уже ничего не можешь сделать! Но мне не нужны сонные мухи — мне нужен настрой на старт... Потому надо смотреть, куда ведет спортсмена психолог...».

— Думаете, мы будем спорить в данном случае с Чайковской? Нет, мы с ней согласны. Вы решили лечиться натуропатией, физиопроцедурами, гомеопатией? Тогда выбираете специалиста конкретного направления. В психологии так же. Мы выступаем за то, что спортсмена нельзя расслаблять. У нас есть возможность выбирать. И мы стараемся работать только с теми атлетами, которые нам интересны. При этом наш центр не отказывал ни одному спортсмену, который обращался лично к нам. Случалось, к нам приезжали из других городов и ночевали прямо тут.

— Так все-таки о «вредном расслаблении»...

## ЛУЧШИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

| Спортсмен  | Вид спорта            | Срок работы    | Место на Играх |
|------------|-----------------------|----------------|----------------|
| Ламонова   | Фехтование (рапира)   | Два месяца     | 1-е            |
| Крюков     | Лыжные гонки (спринт) | Полтора месяца | 1-е            |
| Панжинский | Лыжные гонки (спринт) | Полтора месяца | 2-е            |
| Петухов    | Лыжные гонки (спринт) | Полтора месяца | 3-е            |
| Мориллов   | Лыжные гонки (спринт) | Полтора месяца | 3-е            |

— Работая со спортсменами, мы понимаем, что они работают на сверхвозможностях. Каждый человек в младенчестве совершил маленький подвиг в своем развитии — когда встал и пошел. Но кто-то дошел до дивана и, лежа на нем и жуя чипсы, смотрит на реальные подвиги других. А эти спортсмены добежали до олимпийских медалей, потому что они имеют сверхзадачу и развивают свои способности. Расслаблять их в такой ситуации как минимум странно. Мы работаем тогда, когда атлет мотивирует себя к чему-то серьезному.

— И если у спортсмена проблема внутренняя или внешняя, например, «как победить норвежцев?» — вы не снимаете ее?

— Мы не снимаем, не удаляем, не занимаемся хирургией. Мы переводим в позитив то, что человек может считать проблемой. Это — самое главное. А специально по снятию «норвежского барьера» мы не работаем. Настраивать атлета экстра-класса таким образом, мол, «ты победишь норвежца!» — не наш метод. Скорее надо настраивать на то, что не нужно бояться ни Нортуга, ни кого-то еще — он такой же человек из плоти и крови, как и ты.

— Нынешний состав российской лыжной сборной способен эффективно подготовиться к Сочи-2014?

— Да. Но кое-кто из ребят еще даже не почувствовал того психологического потенциала, который в них есть. Некоторые говорили, что, например, Миша Девятьяров не выступил так, как мог бы. Но Миша — тот человек, который обязан готовиться к Сочи. У него есть очевидные зоны роста. И так — по каждому. Мориллов — пожалуйста. Петухов — пожалуйста. Крюков и Панжинский — удивительные ребята, но совсем молодые еще психологически.

— Если вам предлагают контракт на весь олимпийский цикл по целевой работе с одной из сборных, вы согласитесь?

— В Министерстве спорта, в нескольких федерациях про нашу работу знают хорошо. Мы такой контракт отвергать не будем. Но пока его никто не предлагает.

## МНЕНИЕ ОЛИМПИЙЦА

БРОНЗОВЫЙ ПРИЗЕР ИГР-2010  
АЛЕКСЕЙ ПЕТУХОВ:  
ВСЕ СПРИНТЕРЫ ХОТЯТ  
РАБОТАТЬ С НИМИ!

Я общался с психологами на этапе Кубка мира в Давосе. Мне это помогло. Но они сразу сказали: «Если хочешь работать с нами, надо работать плотно». Я хочу этой работы, но нет времени. Ни у меня, ни у них — в Ванкувер эти специалисты, увы, не полетели. Они не являются штатными психологами сборной.

Однажды кто-то из наших ребят зашел к ним и сказал, что услышал их ссору между собой. Мне же показалось, что они не ругаются — просто у них такая манера поведения. Их работа не похожа на работу «киношных», голливудских психологов, утешающих проблемные семейные пары. У них не исповедуешься. И не испытываешь гипнотическое воздействие. Скорее испытываешь очень высокую степень доверия. Ну, например, мне было сказано: «У тебя есть нюансы, которые тебе сейчас не нравятся. Есть люди, которые твердят, что от этого надо избавиться. Посмотри по-другому. Попробуй то, что было — или казалось — отрицательным, превратить в положительное».

Мне очень жаль, что им не сделали аккредитации на Олимпиаду. В команде спринтеров с ними хотят работать все. Они должны быть в сборной наравне с теми людьми, которые обеспечивают результат, — сервисменами, смазчиками.