

Михайлов: Наличие психолога в сборной было бы правильным решением

Источник: Инесса Рассказова, VTBRussia

Дата: 13.09.2017, 18:20

Максим Михайлов - о поколении next, психологии, Олимпиаде в Токио и о том, чем русские принципиально отличаются от французов и бразильцев.

Максим Михайлов, один из главных героев недавно завершившегося чемпионата Европы по волейболу, прошел через две Олимпиады. До следующей еще далеко, но Максим признается, что уже ждет ее с нетерпением и хотел бы, чтобы время до ее старта пролетело как можно быстрее.

"Обнуление всех счетов" - очень своеобразное время"

- Максим, вот вы уже и старожил, ветеран сборной...

- Вы знаете, в душе я совсем не чувствую себя старожилом, в душе я по-прежнему двадцатилетний пацан, который только недавно пришел в сборную. Может быть, это и к лучшему. Хотя в то же время есть и понимание того, что нужно помогать молодым ребятам вливаться в команду, поддерживать их, что-то советовать.

- Вам нравится это поколение next, что вы о них скажете?

- Потенциал, я считаю, у них очень большой. Теперь важно правильно распорядиться им. Талантливый человек - не тот, которому просто многое дано природой, важно еще уметь воспользоваться своим талантом! Безусловно, у них все впереди. Но многое будет зависеть от того, как они будут работать над собой.

- В каких советах, как вам кажется, они особенно нуждаются? Вы недавно, например, заметили, что в плане психологии в сборной есть над чем поработать.

- Конечно, психология, пожалуй, главный аспект, когда ты, допустим, совершаешь какую-то ошибку, самое плохое и неправильное - это заниматься самообразованием. Ну и профессиональные советы, когда ты подсказываешь, опираясь на свой собственный опыт, как, в какой игровой ситуации лучше поступить, как выйти под мяч, почему ошибся... На самом деле, как известно, нет одинаковых игроков, кому-то дарованы отличные физические данные, а технику подпортили еще в детстве, точнее, может быть, не подпортили даже, а недостаточное внимание уделяли. Кому-то нужно помочь в тактическом плане. Ребятам готовили разные тренеры, соответственно, их сильные и слабые стороны родом из прошлого, а теперь их надо как-то подвести к общему знаменателю. Вот этим и занимаемся!

- А чисто по-человечески вы на одной волне или в чем-то они уже другие?

- Пять-шесть лет не такая большая разница, так что, пожалуй, мы из одного поколения.

- Не совсем так. Вы пропустили через себя две Олимпиады, а это дорогого стоит. Вы, может быть, в чем-то старше на целую жизнь.

- Да, Олимпиада ни с чем не сравнится, как и то, что я там пережил. Но сейчас мы все-таки живем сегодняшним днем. Вот это начало нового олимпийского цикла, "обнуление" всех счетов, конечно,

своеобразное время. С одной стороны, интересно все начинать заново, а с другой - с нетерпением ждешь новой Олимпиады! Хочется, чтобы она поскорее уже наступила, и эти годы пролетели как можно быстрее.

"Переживания становятся... объективными"

- Одна Олимпиада была сверхудачной, с другой вы привезли "деревянную" медаль. Что вас научило в большей мере: победа или поражение?

- Из любого опыта можно сделать выводы, но неудачный учит больше. Рио заставил меня в очередной раз задуматься о важности психологии, но в то же время я думаю, что и хорошее тоже не стоит забывать, у нас организм так устроен, что нельзя обращать внимание только на негативное, нужно искать поводы и причины порадоваться, чтобы не казалось, что все абсолютно плохо.

- Так что же хорошего было в Рио?

- Команда, которую удалось нам создать, и ее внутренняя атмосфера, потому что у нас была и молодежь, еще никогда не игравшая на Олимпийских играх, и опытные люди. Мы смогли стать одним целым, настоящей командой. Да, четвертое место скорее выглядит как неудача, но при сегодняшнем уровне волейбола - не совсем неудача, попасть в четверку-пятерку сильнейших означает, что мы на хорошем уровне, так что результата мы все равно добились.

- У сборной теперь новый тренер, Сергей Шляпников. В чем "новая метла по-новому метет"?

- Конек нынешнего главного тренера - это в первую очередь дисциплина. Если другие давали больше воли, полагаясь на опыт игроков, то здесь - строгая дисциплина и в быту, и на площадке.

- Неужели Владимир Романович Алекно давал вам много воли? Трудно поверить.

- До какого-то предела, естественно. Это не означает, что было позволено ходить и пинать мячи, но в игре он разрешал полагаться на себя, принимать те решения, которые ты считаешь нужным. Закрывать линию, скинуть, или ударить. Теперь все более жестко. Нужно делать именно то, что сказал тренер.

- Вы не расстаетесь с Владимиром Алекно, он ваш клубный тренер. Тяжело он пережил то, что произошло в Рио?

- Да, Владимир Романович - человек эмоциональный, он тяжело переживает поражения, он переживал не меньше, чем все мы, оттого что проиграли, все-таки шансы, как я уже говорил, на бронзу были... Но все мы растем, переживания остаются, потому что все мы люди, только с каждым годом они становятся... более объективными, что ли. Ты сопровождаешь их анализом и чисто по-человечески уже приходишь к осознанию того, что такова жизнь. Сегодня выиграл, завтра проиграл.

О главном отличии русских от французов

- Почему-то мне кажется, вы увлекаетесь психологией.

- Не то чтобы увлекаюсь, но интересовался, читал. И по своему опыту я могу судить, что, даже если ты сильнее всех во всем мире, но психологически недостаточно хорошо подготовлен, в нужный момент, в финале, ты не сможешь сделать то, что умеешь. Очень хорошо, когда в штате команды есть

психолог, который постоянно находится рядом, а не приходит раз или два раза в неделю. Он видит, как люди живут, чем занимаются, и в зависимости от этого сможет найти к каждому индивидуальный подход, увидеть и проработать проблемы.

- А вы сами себе психологи?

- Так получается. Никто не мешает самому изучать психологию или в частном порядке обращаться к профессионалам, но, по-моему, это немножко не то и неправильно. Психолог, как я уже говорил, должен находиться с командой постоянно. Например, у сборной США психологу отводится очень большое значение, он даже во время матча сидит с игроками на скамейке запасных.

- И в матче за бронзу вы проиграли как раз США, ведя 2:0.

- Я вот не уверен, был ли психолог на Олимпиаде, во всяком случае на скамейке, - я не мог позволить себе отвлекаться на такие наблюдения. Возможно, что его не было, поскольку на Олимпиаде все иначе, очень строгие правила и допуск к скамейке команды ограничен, но на всех важных турнирах он присутствует обязательно. Дело там было, конечно, не только в психологе. Мы вели в счете, выиграла две партии подряд, поверили в победу и как-то внутренне немного расслабились. Так же было с бразильцами в Лондоне в финале, когда они проиграли нам. Американцам удалось вырвать партию, ты думаешь: ну ничего, в следующей все получится. Но не получается, начинаешь нервничать. 2:0 - это самый опасный счет, какой только может быть. Я полностью не исключаю, что американцам помог психолог, только и мы упустили свое, нужно было додавливать, сделать так, чтобы они головы не могли поднять!

А так, в принципе, здесь есть о чем задуматься; на мой взгляд, это очень правильное направление - штатный психолог в команде, оно было бы правильным и для нас тоже. Если посмотреть на сборные Франции и Бразилии, то сразу бросается в глаза, что это другой народ. Если русскому поставить цель, он пойдет к ней живой или мертвый, будет грызть землю, отдаст все силы. Французы или бразильцы гораздо спокойнее относятся к жизни. Выиграл - прекрасно, проиграл - ничего страшного. Но вот нам психология могла бы очень многое дать, в том числе и в силу наших национальных особенностей. Как подходить к матчам, как настраивать себя и как расслабляться в первую очередь!