



## "Sport, to filozofia życia" - rozmowa z Robertem Rutkowskim, opiekunem psychologicznym Żużlowej Reprezentacji Polski

Podczas zgrupowania Żużlowej Reprezentacji Polski w Szklarskiej Porębie oprócz zawodników i trenera obecny był także opiekun psychologiczny. Robert Rutkowski, bo o nim mowa, prowadził z biało-czerwonymi specjalne wykłady. Po powrocie z obozu udało nam się z nim porozmawiać. Zachęcamy do lektury!

**Marcin Konieczny: Kiedy zaczęła się pańska przygoda z Żużlową Reprezentacją Polski i jak do niej doszło?**

**Robert Rutkowski:** Jestem m.in. wykładowcą na Akademii Psychologii Przywództwa Jacka Santorskiego, na której słuchaczami są również przedstawiciele sponsora reprezentacji, czyli firmy ENEA. Spodobały się im moje zajęcia, a wiedząc, że byłem reprezentantem Polski w koszykówce i jestem specjalistą od motywowania i uczenia top menedżerów działania pod presją, zaproponowano mi po jednym z wykładów współpracę.

**Długo zastanawiał się pan nad przyjęciem funkcji opiekuna psychologicznego Kadry?**

Jak się miało kiedyś orła na piersiach, to nad takimi propozycjami się nie dyskutuje, tylko traktuje jak powołanie do kadry Polski. To honor i zaszczyt.

**Wiem, że był pan także zawodowym koszykarzem - reprezentował pan nawet barwy naszego kraju. Ta dyscyplina musiała być częścią pana życia. Czy jest tak do teraz?**

Kto raz pokochał sport nigdy się z nim nie rozstanie. Sport wyposażył mnie w umiejętności, dzięki którym przetrwałem wiele kryzysów. Sport to nie tylko jego uprawianie, sport to filozofia życia. Ja go uprawiam nadal czynnie, a w koszykówkę gram regularnie na osiedlowym boisku pod moim blokiem.

**Interesuje się pan żużlem na co dzień, czy traktuje pan swoje obowiązki czysto zawodowo?**

Jako profesjonalista w swojej branży muszę być bezstronny, czyli chłodny w ocenie wyników sportowych. Muszę je znać tylko od strony ich wpływu na psychikę zawodników. Kibicuję reprezentacji Polski, ale w kwestii rywalizacji ligowej pozostanę bez emocji.

**Jak oceni pan współpracę z naszymi żużlowcami podczas obozu w Szklarskiej Porębie?**

Jechałem na to zgrupowanie pełen obaw, przeglądając życiorysy kadrowiczów na pokładzie samolotu. Nieprzeciętna lista sukcesów, które z niejednego by zrobiły bufona. Sukces potrafi najtwardszemu zawrócić w głowie impregnując na bodźce zewnętrzne. Tego nie dostrzegłem u żadnego z zawodników. Na miejscu spotkałem skromnych, uśmiechniętych i wesołych chłopaków, którzy przyjęli mnie z dużym kredytem zaufania. Pierwsze lody przełamane, ale na zbudowanie solidnej relacji muszę poświęcić jeszcze dużo pracy.

**Prowadził pan specjalne wykłady dla Kadrowiczów. Żużlowcy, to pokorni uczniowie i słuchacze?**

Na szczęście potrafią być niepokorni i autentyczni w wyrażaniu swoich opinii. To niekiedy cel moich zajęć. Pokaż jaki jesteś niepokorny i konkretny w wyrażaniu swoich emocji. Zawodnik ma być posłuszny względem trenera Marka Cieślaka, ma wykonywać jego polecenia i słuchać. Ja natomiast mam mieć

kontakt z tą drugą częścią zawodnika, czyli z jego wkurzeniem, irytacją, czy może nawet cierpieniem. To się każdemu zdarza, ale tylko najlepsi wiedzą, co z tym potem począć, aby ukierunkować się wtedy na jeszcze skuteczniejsze osiągnięcie celu.

### **Zapadło coś szczególnie w pańskiej pamięci podczas zgrupowania?**

Zdecydowanie jest to osoba Marka Cieślaka. Nie bez powodu został najlepszym trenerem Polski. Pan Marek uczestniczy we wszystkich treningach razem z zawodnikami. Biega z nimi na nartach przy minus 20°C, jeździ z zawodnikami na nartach po czarnych szlakach, gra w piłkę na sali, biega, pływa itd. Poza tym ma coś, co z psychologicznego punktu widzenia czyni go jeszcze bardziej skutecznym jako trenera. Ma poza sportem swoje pasje. Ci, co go znają, wiedzą, że jest zapalonym kolarzem, że ma magiczną gadającą papugę oraz kilka wspaniałych psów. Warto wspomnieć, bez wypominania mu tego, że Pan Marek ma 62 lata.

### **Nasze "Orły" od lat zdobywają największe laury na arenie międzynarodowej. Uważa pan, że ta passa będzie trwać?**

Po tym co zobaczyłem na zgrupowaniu w Szklarskiej Porębie nie mam cienia wątpliwości, że tak będzie.

### **W kim upatruje pan następców Tomasza Golloba i Jarosława Hampela?**

Na szukanie następców zawodników, którzy są w najlepszym okresie swojej kariery jest dużo za wcześnie. Oni jeszcze nas zaskoczą. Im dłużej będzie trwać ich najwyższa światowa forma, tym mocniej będą pracować pozostali zawodnicy z drużyny, a to wyjdzie tylko na dobre polskiemu żużlowi.

### **Który z zawodników ma pańskim zdaniem najsilniejszą psychikę?**

To taki zawodnik, któremu sukcesy nie przewróciły w głowie lub porażki nie pozbawiły sportowego wkurzenia. To może być najbardziej i najmniej utytułowany zawodnik. Po sezonie 2012 każdy sam ich wskaże.

### **Można porównać podejście mentalne i psychologiczne żużlowca i koszykarza?**

Wspólny mianownik to pragnienie sukcesu i mnogość bodźców rozpraszających i utrudniających osiągnięcie celu. Tylko żelazna samokontrola i ciągły rozwój samoświadomości dają efekty. Rodzaj dyscypliny sportowej jest czynnikiem wtórnym. Ważniejsza jest stawka. Inny jest poziom motywatorów na poziomie ligi akademickiej, inny w lidze okręgowej, a całkowicie inny na poziomie gry w reprezentacji Polski. Tutaj odporność psychiczna i ciągła praca nad sobą w sferze psyche są kluczowe i niezbędne.

### **Jest pan także fachowcem w dziedzinie psychoterapeutyki, pedagogiki i umiejętności psychospołecznych. Taki szeroki wachlarz zapewne otwiera przed panem wiele furtek...**

Pracując do tej pory z żołnierzami po misjach w Iraku, z menedżerami z listy Forbesa, z artystami z pierwszych stron gazet, ze sportowcami w kryzysie, politykami, dostrzegłem kilka podobieństw. Im większa harmonia między pracą, rodziną, a życiem społecznym tym większa szansa na sukces lub jego utrzymanie. Na górę się łatwiej wchodzi niż na niej przebywa, a jak powiedział poeta Ryūnosuke Akutagawa "powietrze na szczycie góry nie jest dla słabych".

### **Chciałby pan coś dodać na koniec?**

Reprezentacja Polski w żużlu to współcześni gladiatorzy, którym niezbędna jest arena, a wokół niej widzowie. Bez nich zdobywanie sukcesów traci impet i sens. Pamiętajmy o tym, że największym czynnikiem motywującym dla sportowca to właśnie wierni fani. Nie zawiedźcie naszej drużyny narodowej.