## רפי פרבר:

# „ידעתי מראש שלא ניתן להרים פרוייקט כזה!"

**בסוף השבוע פורסם שתחרות „מיס־יוניברס" לא תתקיים בארץ ב־1989, כפי שהבטיח לכולנו בחור נחמד, בעל בייבי־פייס, בשם גיל גוטפריד.**

**נזכרתי במי שצפה שכך יהיה, בעת שהכל כירכרו ופיזזו סביב גוטפריד שהבטיח – אולי בתום־לב – הרבה זוהר ואשליות. זה היה רפי פרבר, מנכ"ל מישרד־התיירות. הוא היה האיש ששיכנע אותי שלא להתלהב יתר על המידה מגוטפריד, עוד בעת שגוטפריד היה החביב התורן של התיקשורת. שבתי אליו, עם הגשמת נבואתו. להפתעתי, לא מצאתי מנכ"ל חוגג.**

הייתי משוכנע מראש שכך יהיה. ראיתי שלאיש (לגוטפריד) אין כסף, אין תשתית. קראתי את החוזה שעליו חתם. ידעתי שיש נגדו צוות־עיקול ומישפטים. דיברתי עם אנשים שהכירו אותו.

● **אני אמורה להתפעל מטביעת־העין שלך?**

זאת לא היתה טביעת־עין, אלא בדיקה מיקצועית. מניתוח החוזה שחתם ראיתי שלא ניתן להרים פרוייקט כזה: את כל השמנת לקחו אנשי מ־יס־יוניברס. לגוטפריד — לא השאירו כלום. הוא, כנראה, לא הבין בזה. הוא חשב להרוויח מהתיירות שתתלווה לכך. הכל נורא פשוט: צריך לדעת לקרוא.

## מיס־יוניברס

● **בזמנו ניסה גוטפריד ליצור רושם כאילו אתה ומישרדך מתנכלים לו בכוונה תחילה.**

איזה מתנכלים לו? פשוט צפיתי הכל מראש. רק לפני כמה ימים טילפנו אלי והודיעו לי שגוטפריד שוהה בלונדון ואומר שהכל בסדר, יש כסף והוא אר־טר־טו חוזר. הלוואי שיחזור. אני הראשון שאשמח, אני ומישרדי.

● **אתה רואה בזה סרוייקט אבוד, מבחינתה של מדינת ישראל?**

אי־אפשר לעשות תחרות במאי 1989, כשבאפריל 1988 עוד לא מוכן כלום. עובדה שבכל מדינה, שאירחה את התחרות עד כה, הרימה הממשלה את הפרוייקט. הפרוייקט אינו ריווחי עבור יזמים פרטיים.

● **אז אולי מישרד־התיירות ירים את הכספה?**

איך? לי אין מיליונים לזה. את מה שיש לי, אני מעדיף להשקיע בפיתוח התיירות בארץ. חבל לי על שמה של ישראל בכל הפרשה.

(דפנה ברק)

## איריס שמי:

# „אם לא נזכה יהיה לנו תירוץ!"

**הסערה סביב ירדנה ארזי והשיר לאירוויזיון שכבה. הנוטעים כבר אורזים את המיזוודות, אבל במקום „נסיעה טובה" אומרים להם כולם „משוגעים, מה אתם נוסעים עכשיו כשכל העולם שונא אותנו?"**

**את מפחדת – שאלתי את איריס שמי, אחת משלושת מלוויה של ירדנה ארזי.**

קצת מפחדת, בטח.

● **ממה בדיוק?**

מזה שנהיה מטרה מושכת־אש.

● **אבל לא תבטלי את הנסיעה שלך?**

לא עד כדי־כך אני מפחדת.

## אירוויזיון

● **באמת כל העולם שונא אותנו עכשיו. את לא חוששת שמפני זה לא יתנו לכם הרבה נקודות?**

אני משוכנעת שלפחות בגלל זה לא ניבזה. אבל מצד שני יש לזה גם יתרון.

● **מה היתרון?**

היתרון הוא בכך שאם נחזור הביתה במקום לא טוב בתחרות, יהיה לנו תירוץ.

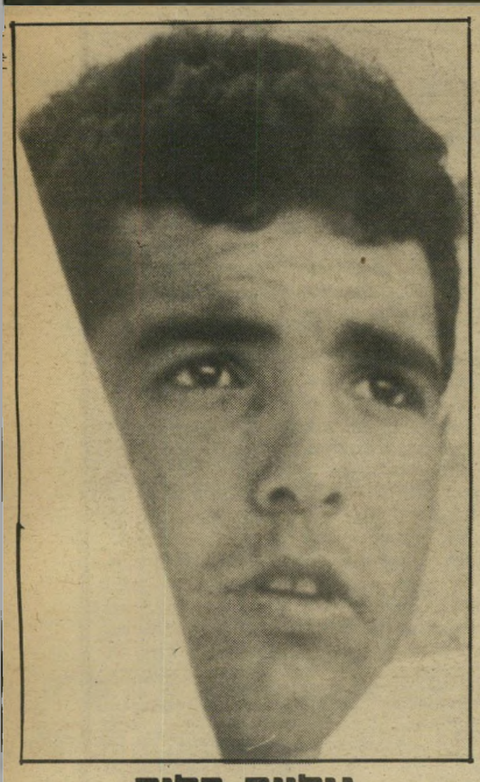
● **אני בטוחה שגם טיול יסה לא יהיה לכם, כי תדי מייד בנמלי־תעופה יקיפו אותך כל סוגי השומרים.**

נכון מאוד. ביחד עם השומרים שלנו אנחנו נראה את הדרך מבית־הזמלון ועד לאולם־המופעים. אבל אחר־כך, אינקוגניטו, אולי נוכל להעיף מבט בדאבלין היפה.

● **בבה את ואולי שני המלווים. ומה עם ירדנה, שכבר מכירים את פניה?**

לירדנה באמת יש בעייה. אבל כמו שאני מכירה אותה, היא תתגבר.

(דויאלה שמי)



## גילעד בלום:

# „תרגילים נפשיים עוזרים לניצחון בתחרויות־טניס!"

**בתקופה האחרונה יותר ויותר נעשה שימוש מעשי באמצעים פסיכולוגיים על־ידי ספורטאים מכל ענפי־הספורט בישראל, כחלק בלתי־נפרד מהצלחתם המיק־צועית. מושגים כמו „תרגילי־הרפייה", „שיחות־ייעוץ עם פסיכולוג", „אימון מנטלי" ו„האזנה לקסטות־הרגעה", נקשרים להצלחה או לכישלון של ספורטאים מצטיינים.**

**קשה לאמוד במדוייק את יחסי־הגומלין האלה, אך אין ספק שהשימוש בהם מראה שהכדורגל, הטניס וענפי־ספורט אחרים הופכים מיקצועיים יותר.**

**נפגשתי עם גילעד בלום, טניסאי צעיר, שדורג במקום הראשון באליפות־ישראל האחרונה בטניס.**

● **האם גם אתה רואה השפעה של כלים פסיכולוגיים על הצלחת הספורטאי?**

קיים קשר הדוק. אך הדבר תלוי בספורטאי המסוים ובאי־שיותו. השימוש באמצעים פסיכולוגיים מתאים לסוג מסויים של ספורטאים, שאינם מצליחים להגיע לרמה האופטימלית שלהם בעת מישחק. לא חסרות סיבות שבגללן מופיע ספורטאי לתחרות כשהוא עצבני, לא־שקט ולא־מרוכז. מטרת „האימון המנטלי" היא להביא את עצמך לדרגה גבוהה של ריכוז ועירנות בזמן המישחק, אך בצורה שיטתית ולא־ספונטנית.

● **האם אתה בעצמך משתייך לקבוצת־הרוב היכולה להיעזר באותם אמצעים פסיכולוגיים?**

מזה כמה שנים אני עושה תרגילי־הרפייה מנטליים ועובר ייעוץ אצל הפסיכולוג שרגא שדה. אבל יש לראות את העובדות האלה בפרופורציה הנכונה. כדי להיות טניסאי טוב צריך קודם כל לשחק טוב מבחינה טכנית, להיות מוכשר ולעבור אימונים שיטתיים ברמה גבוהה.

## ספורט

● **ובאילו שיטות פסיכולוגיות אתה נוקט כדי לה־גיע לריכוז עצמי, לרגיעה ולשלווה בזמן מישחק או תחרות?**

מעבר לתרגילי־ההרפייה, אני מאזין לקסטות הגורמות לרגיעה ולריכוז עצמי גבוה. יש 15 קסטות של תוכנית ספציפית בכל אחת, ואני משתמש בארבע: „הרפייה שרירית", „רגיעה מנטלית", „הכנה לפני תחרות", ו„הזרמת אנרגיה תוך כדי תחרות."

● **האם זכור לך מיקרה שבו נעזרת בשיטת הק־סטות?**

כן, לפני שבועיים, במישחק חצי־הגמר נגד מרנשטיין, כאשר הגעתי ארצה שלושה ימים בלבד לפני התחרות. לא הייתי מוכן מבחינה נפשית ופיסית לתחרות. במשך כל המישחק הייתי עצבני, לא־מרוכז ובמצב של אי־שקט. בסופו של המישחק ניצחתי, אך על סף הפסד. למחרת היום שיחקתי עם שחקן מאוד מוכשר, שחר פרקיס. החבר שלי נהג בנסיעה לירושלים, ואני התפניתי להאזין לקסטה „הכנה לפני תחרות". (עודד רכטמן)