

申花右翼——新的翅膀长硬了？

专访U23小将徐友刚：选择回申花就不怕竞争

上周申花主场面对恒大，在荣昊和马丁斯无法出战的情况下，最终2:2逼平了对手。尽管没能取胜，但本场比赛无疑是申花今年联赛到目前为止踢得最精彩的一场比赛。而其中U23小将徐友刚的表现又颇为令人欣慰，因为他不仅打进了申花本赛季U23球员的首粒进球，近几场的优异表现更是让人看到了申花未来的希望。

青年报记者 蔡创

【积累】

打完亚冠就预感联赛能上

对于申花的未来，人们之前期待最高的无疑是刘若钊，也许徐友刚并没有那么高的天赋，但凭借一脚稳定边路传中以及出色的往返能力，他已经渐渐成为球队新的U23首发人选，并且凭借着自己的努力，渐渐摘掉了U23帽子，渐渐成为了名副其实的右后卫人选。

青年报：与鹿岛鹿角的亚冠比赛，是你回归后第一次代表球队首发亮相，当时心情是怎么样的？

徐友刚：挺激动的，也感谢吴指导对我的信任，在联赛中都没怎么上场，却能在这么关键的比赛中敢让我

出场，我当时就觉得一定拼尽全力，至少不能拖后腿吧，好在最终表现也还算满意。

青年报：正是那场亚冠上的优异表现，让你开始在联赛中收获出场机会，并在与北京人和的比赛中打满全场，你是不是认为这是教练组对你表现的认可？

徐友刚：应该算是吧，其实在打完亚冠之后我就有预感联赛中有机会，而当机会真正来临之时，我也庆幸没有让机会从手中溜走，希望能延续近几场表现，在接下去的联赛中获得更多的出场机会。

【情怀】

想着总有一天要回到申花

对于徐友刚来说，租借青岛黄海的两个赛季，让他已经成为球队主力，当时黄海俱乐部也确实表明了想要买断的意愿，留下来，比赛压力小，并且有稳定的出场时间，回申花，自然绕不过竞争的话题，不过他说：“既然选择了回申花，就不害怕竞争。”

青年报：之前两个赛季，你曾经被租借到青岛黄海效力了两个赛季，你觉得这段经历对你最大帮助是什么？

徐友刚：一个是自信心上的帮助，因为我还是一名年轻球员，有了固定的上场比赛时间做基础，自信心越来越强，心里也越来越有底。上个赛季主教练给了我很多机会，所以各方面不会像第一次出场时那么紧张；再一个就是自己心态上的调整吧，面对一个陌生环境需要去熟悉和融入，从刚去第一个赛季打了9场比赛到第二赛季成为主力共出场25次，且全部首发，心态方面会比刚上职业队好很多。在黄海，西班牙教练在传球方面要求很高，要求讲究团队合作，所以自己在踢球意识方面会更加清晰一点，这一点对我来说是个非常好的锻炼。

青年报：去年那个赛季，你在中

甲U23球员出场时间排名第6，贡献了助攻4次，位列中甲U23球员第二。凭借优异表现当时青岛黄海也想买断你，是什么让你下定决心一定要回到申花？

徐友刚：和申花的缘分要从小学时说起，我在当地接受专业的足球训练后不久，被申花青训球探相中，进入申花足校，其间曾在杭州绿城待过3年。自进入申花95、96梯队后，我很快成为申花重点培养对象，2014年在代表申花精英队夺得全国U19联赛双冠王后，也算我职业生涯的正式开端，尽管被租借到了青岛黄海两个赛季，但那时候就想着总有一天回到申花。虽然我们这个年纪要多打比赛积累经验，但是成长到一个阶段后，还是想要在一个大的俱乐部踢球。

青年报：其实在你这个右后卫位置上，有李运秋、王林、张璐等经验丰富的球员，有考虑过竞争压力吗？

徐友刚：竞争的压力肯定有，但良性的竞争可以提升球队实力。足球场上毕竟还是靠实力说话，就算我们享有政策优势，如果实力不行，还是会被教练换下场。所以我能做的就是多发挥自己的特点，尽量多获得些比赛机会。

【目标】

想进国家队但自己还欠缺

从亚冠对阵鹿岛鹿角时造点，再到助攻，再到与恒大的比赛中取得进球，徐友刚正一步步一个脚印朝前迈进，对于未来，国家队是他的最终目标。

青年报：在马丁斯受伤后，是不是像你这样的本土队员需要站出来承担更多的责任？

徐友刚：马丁斯作为主力得分手，他的缺阵对于球队影响确实很大，但球队其实是一个整体，并不需要太过区分是外援进的还是内援进的，只要有人能够站出来进球帮助球队取胜，那总是好的。

青年报：你的传中非常精准，最近几场比赛也确实制造不少得分机会，平时在训练中有专门练过吗？

徐友刚：作为边后卫，传中应该是必备的能力，而我也经常加练这方面的能力，不过队内球员们的头球能力也挺强的，因此我反正往禁区里面

传就行了。

青年报：你觉得自己还有哪些方面需要提高？

徐友刚：首先是经验方面，中超与中甲节奏方面还是不同的，需要我去学习和适应；还有快速融入比赛的方面，现在比赛有点慢热，不能做到一上来就迅速投入；最后就是在防守时机的选择上，作为边后卫除了要插上助攻外，也许还要协助后腰和中卫进行防守。

青年报：你上赛季在黄海效力期间，曾入选中甲半程最佳阵容，力压国脚邓涵文，在上周与恒大比赛中，你的整体表现也是要优于他，是否意味离国家队也越来越近了？

徐友刚：国家队是每个球员的毕生梦想，但我觉得自己欠缺的还比较多，年轻队员经验不足，有些失误的确很致命，未来这些地方还需要改进。



徐友刚，申花有了一块需要锻造的好“刚”。

网络截图

【回放】

预判雨天对手门将会脱手

每名申花球员都希望自己的名字能在虹口被全场球迷呐喊，徐友刚也不例外，不过从之前冬训的伤病不断，一路走来并不容易，正是这些经历让他拥有同龄人所没有的成熟与冷静。

青年报：进球之后，在虹口足球场听到全场球迷高呼你的名字，这种感觉是不是很过瘾和难忘？

徐友刚：确实是非常兴奋和激动，毕竟我从小到大也没进过几个球，但现在中超还没踢几场就取得了进球，也许是以前的在这都还回来了吧。进球一瞬间其实头脑是空白的，没想到怎么进的，后来冷静下来我才慢慢回想起来，当时是我看到罗梅罗往禁区里面带球的时候，猜到他应该要选择射门了，因为下雨可能对对方门将会出现脱手的情况，没想到结果真的脱手了，而我也就随即补了

进去。

青年报：其实在整个冬训都受到伤病困扰，没有系统地训练，你是怎么做到迅速恢复并且调整状态的？

徐友刚：由于上赛季对于出现的伤痛没有及时治疗，当时伤势出现了加重的情况。之前在U23国家队就没怎么训练。为了尽快恢复，在西班牙冬训期间，飞赴巴塞罗那去那里注射生长因子。回来后每天积极康复和治疗，再自己加强一下力量，随后开始慢慢一点一点与球队合练。

青年报：感觉你身上有一种与年龄不相符的冷静和沉稳，是如何养成的？

徐友刚：伤病期间自己想了很多，再加上之前两个赛季在中甲青岛黄海打了很多比赛，经历多了，自然而然就会变得稳重。