

# 今年的他很特别

客场与河南队的这场比赛，被替换下场的特谢拉一脸严肃地走回到申花队替补席，哪怕当时距离全场比赛结束只有不到3分钟的时间，哪怕当时申花队已经3比0领先对手，但是对他而言，只要终场哨还没有吹响，属于自己的战斗就没有结束。

赢下河南队之后，特谢拉在个人社交平台上写了一句在队友看来“很特谢拉”的话：“向前再迈进一步，为球队骄傲，也很开心能够贡献自己的力量！”

本版撰稿 本报记者 李冰

## 真·核心 有他在场全赢了

## 前进

【一路狂飙】

尽管效力利物浦队的时间并不长，英超赛场上也只留下了八次出场一个进球的印记，但是对于那首很多人耳熟能详的《YOU'LL NEVER WALK ALONE》（你永远不会独行），特谢拉显然一直都铭记在心，所以才用“KEEP WALKING（永不止步）”这两个英语单词激励自己不断向前。

或许是受于汉超和吴曦这些申花队友的影响，今年33岁的特谢拉现在也有了点“越老越妖”的味道。这个赛季的中超前八轮比赛中，特谢拉六次出场六次首发，场均比赛时间79分钟，跟去年的84分钟和2024年的80分钟略有下降，却已经打进了三球，而前两个赛季的进球数分别是六个和八个，进球效率有了明显提升，用业内人士的话说就是“他（特谢拉）的射门更有准星了”。

特谢拉在申花攻防体系中的作用，显然不完全是数据能够体现得出来的，但数据同样可以证明，这个被主教练斯卢茨基视为申花中场10号位第一人选的外援，是球队名副其实的中场引擎：在特谢拉本赛季出战的六场比赛中，除了自己打进三球之外，还创造出三次进球机会，并且在与河南队的比赛中制造了为球队打开胜利之门的点球。除此之外，特谢拉在六场比赛中中场传球45.5次，传球成功率为84.2%，送出18次关键传球，其中至少三次为创造破门机会的倒数第二脚传球。

在斯卢茨基为申花队打造的中场体系当中，特谢拉所在的10号位绝非传统意义上的前腰，反而更像是从前到后、从左到右的中场“自由人”。也正因为如此，除了组织进攻之外，特谢拉同样承担着相当大的防守任务，而他交出的，显然就是斯卢茨基想要的那个“答案”：本赛季迄今为止，特谢拉场均抢断2.33次，场均

拦截1.00次，场均解围和场均争顶分别为0.17次和0.18次，而且他的争顶成功率达到了100%，这对从身高到体重都没有什么优势的特谢拉而言，能做到这一点并不容易；而他四次封堵射门的数据，即便放到后防线上，也都是相当亮眼的。

一个健康并且状态在线的特谢拉对申花有多重要，从另外一组数据当中同样可以得到证明：本赛季前八场中超比赛，申花队6胜2平，而这两场与对手打平的比赛，一场是他受伤的与浙江队的比赛，一场是他因伤无法出战的客场与北京国安队的比赛。

另外一场特谢拉缺阵的比赛中，虽然申花队最终3比2赢下了天津津门虎，但是在外界不少人看来，全场比赛两次领先的津门虎队是表现更好的一方，如果不是外援前锋拉唐凭借个人能力在最后关头连进两球，申花队大概率无法在这场中场较量一直落在下风的比赛当中全取3分。

## 真·性情 脾气得到了控制

在不少申花队友看来，用“天使魔鬼混合体”这几个字形容球场上有时候控制不住自己脾气的特谢拉，还是相当贴切的。

或许是因为太多次目睹过特谢拉因为在比赛中向裁判抱怨导致吃到黄牌甚至红牌的情景，不少申花球迷甚至开始出现了一看到特谢拉开口抱怨就担心他吃牌的“应激反应”，甚至有人开玩笑般地建议，每次特谢拉上场之前都让队医用胶带把他的嘴封上，这样他就没有办法去跟裁判“友好交流”了。

申花球迷有这样的担心并不难理解，毕竟在之前的两个赛季当中，特谢拉分别吃到了八张黄牌（2024赛季）和一张红牌+六张黄牌（2025赛季），而这名中场球员对申花的重要性又是不言而喻的，毕竟在斯卢茨基执教申花以来的前八场同城德比战中，申花队输球的那两场，特谢拉都因伤无法出战或首发，并且直接或者间接地导致了球队连续两年遗憾地与中超联赛冠军奖杯擦肩而过。

作为申花中场核心，特谢拉在比赛中无疑会被对手重点盯防，自然也会遭遇比别人多得多的犯规甚至是恶意侵犯，而这正是他向裁判抱怨的主要原因。上赛季客场与武汉三镇队的比赛前一天，特谢拉作为球员代表出席赛前新闻发布会，负责那场比赛的中国足协官员在发布会后特意找到了特谢拉，表示大家对他的能力以及比赛中的投入精神都非常认可，同时希望他能将注意力更多

地放在比赛本身，为球迷奉献更好的表现，踢出更精彩的表现来。第二天的比赛中，当时承受着巨大保级压力的武汉三镇队员从一开场便对特谢拉进行针对性防守，只要他一拿球，就会有防守队员对他进行贴身干扰和犯规，越踢越不顺的特谢拉于是开始跟对方球员较劲，并且在上半场第42分钟时因为动作过大吃到了一张黄牌，而越踢越急的申花队最终也在久攻不下的情况下，在第89分钟时被对手进球绝杀，拱手让出了客场战胜北京国安后建立起来的领先优势。

一个场上场下反差巨大的特谢拉，无疑让他身边的教练和队友们又爱又恨，而如何更好地帮助他更加专注于比赛，也成为了需要全队上下共同解决的一道难题。时间进入到2026赛季，随着拉唐和盖伊两名新外援的加盟，以及吴曦跟高天意等本土球员的日益默契，再加上从俱乐部管理层到教练组的帮助，特谢拉身上出现了不少积极的变化，尤其是在情绪控制方面。“可能我这个人一生气，情绪就可能上来了，然后就控制不好自己。后来我就尝试着自己不生气，尽可能地减少情绪上的一些波动、一些躁动，让自己更稳定一些。作为球员来讲，我也知道如果出现一些不好的情绪，同样也会对我的队友产生影响，所以我必须试着慢慢地去控制住，让自己在这（控制情绪）方面做得更好。”

我这个人一生气，情绪就上来了，就控制不好自己。我知道一些不好的情绪同样也会影响我的队友，所以我必须试着去控制。



特谢拉

## 真·团宠 “司机”有意识保护他

如果在申花队友当中选择一个人做自己的聊天“搭子”的话，马纳法大概率会成为特谢拉心里的“No.1”。

过去的两个赛季当中，特谢拉跟马纳法之间一直保持着“无话不说”和“无话不听”的稳定关系，一定程度上，后者也成了前者在场上和场下的“情绪稳定器”，尤其是球队去客场比赛时，马纳法或自己或跟其他外援一起听特谢拉讲话，成了机场候机时最常见的“镜头”，以至于经常跟随球队远征的申花球迷都已经总结出了规律：“想找特谢拉签名，只要找到马纳法，他（特谢拉）一定就在旁边。”

回到球场上，如果说过去的两个赛季当中，因为人员配置和球队阵型打法的原因，特谢拉经常会陷入单打独斗状态的话，随着拉唐和盖伊的到来，以及马纳法越来越多地压上助攻，分担了不少原本压在特谢拉一个人身上的担子，也让他有了更大的发挥自身能力特点的可能。

在特谢拉因伤缺阵的两场比赛中，斯卢茨基让原本打左边锋的拉唐回撤到10号位上，虽然这在一定程度上削弱了拉唐的进攻能力，但是他不俗的传球和创造能力，也让申花队在特谢拉伤愈复出之

后，从原本的“单核”变成了“双核”，进攻手段得到了进一步丰富——已经结束的八场比赛中，申花队总共由八名球员打进了19粒球，错失的22次绝佳机会中，有五次射门打在横梁或者球门柱上，进攻火力之猛，由此可见一斑。

对于申花上下给自己带来的帮助，特谢拉也全都记在了心里：“这个赛季刚开始的时候，我踢了两场比赛后，就因伤缺席了一段时间，大概有四周吧，然后到我复出后第一场对阵上海海港的德比战，一直到现在，包括赛季前的准备期，我受伤的那段时间，都离不开全队对我的支持。还有队医和体能教练，在我进行康复期间，在球场上或者是在健身房，他们都给了我很大的帮助，然后通过训练和比赛，让我慢慢地找回了自己最佳的一个状态。”

值得注意的是，在特谢拉伤愈复出重新回到赛场之后，申花主帅斯卢茨基基本都会在下半场将他提前换下，而不是像之前那样几乎每次都让他打满全场，用斯帅自己的话来说就是“保护性换人”：“对于队内的重要球员，我们时刻都会对他们的身体状态和健康进行紧密地观察，像特谢拉之前就曾有伤病困扰，所以我们对他进行了保护性换人。”