



ASOCIACION DE PSICOLOGIA
DEL DEPORTE ARGENTINA
Fundada en 1992

Una Experiencia distinta en Psicología del Deporte

(Referato de Rugby)

Lic. Alejandra Florean

Psicóloga especializada en Deportes

Tesorera de la Asociación Psicología del Deporte Argentina

**Docente de la Universidad de Lomas de Zamora en Licenciatura .Alto Rendimiento
Deportivo**

Docente del Posgrado Universidad de Bs. As – Facultad de Psicología –

Argentina

aleflorean@yahoo.com.ar

“El Deporte organizado no puede entenderse sin la participación del arbitro/referee/juez, cuyos objetivos persiguen velar por la justicia deportiva, para defender la igualdad de oportunidades, restablecer el equilibrio y compensar de alguna manera las vulneraciones del reglamento “ (J.Riera, 1989. Pag.106)

Desde la Psicología del deporte podemos trabajar aquellas variables que afectan el rendimiento deportivo, no sólo en el alto rendimiento sino en el deporte en general ya sea amateur o recreativo, tomando al deporte como la manera de combatir el estrés generado desde lo cotidiano.



A la vez tenemos que considerar que el deporte y la práctica deportiva no sólo está conformada por jugadores, sino que hay toda una escena deportiva que también cobra importancia a la hora de tener en cuenta rendimientos o resultados como ser, el entrenador, el público, los referees, jueces, etc. Todos son parte de la escena deportiva, del espectáculo y cada uno de ellos puede llegar a ser fuente de presión para el otro, o generador de ansiedad o factor estresor. Todas las emociones que produce una competencia son vividas con diferente intensidad por cada uno de ellos, pero son vividas por todos.

Este artículo intentará esbozar un trabajo realizado en un área muy descuidada o quizás no muy tenida en cuenta, desde la Psicología del Deporte considerando su importancia en la escena deportiva en general.

Además de ser poco investigada y con pocos antecedentes por lo menos en nuestro país, las emociones que entran en juego en esta área son tan importantes y determinantes como las que se juegan en los deportistas en general.

El punto de partida es entonces el “ Arbitraje/Referato “ y comienzo poniendo al referee en la misma situación que un deportista más. Considerando que las exigencias para los deportistas son cada vez mayores desde lo físico, lo técnico, lo táctico y lo emocional también debe serlo para los árbitros y referees.

Los árbitros o referees deben ser deportistas calificados por su competencia, su preparación física, técnica y su control emocional para dirigir distintos encuentros.

El arbitro o referee es aquel que interpreta los hechos a la luz de la ley escrita, intentando realizar esta tarea de la manera mas objetiva posible. En cualquier deporte el reglamento y el deporte son inseparables.



Cuando hablamos de arbitrajes y/o referato hablamos básicamente de deportes de oposición, y hablamos de jueces cuando son deportes sin oposición. Hago esta aclaración porque son tareas distintas a realizar y porque quiero específicamente ocuparme de arbitraje y/o referato y más específicamente aún de referato en rugby.

Experiencia en Referato de Rugby

Esta experiencia se está llevando a cabo desde hace dos temporadas conjuntamente con el Lic. Raúl Barrios.

La intervención en esta área nace a través de un proyecto presentado ante la Asociación de referees de Rugby de Buenos Aires. El proyecto fue aprobado y represento un desafío tanto para ellos como para nosotros, por lo comentado anteriormente, la escasa información e investigación en esta área.

El primer periodo se trabajo con el objetivo de formar un perfil de características básicas del referee, para lo cual se realizo:

Etapas Informativa

- Charlas informativas sobre el trabajo a desarrollar
- Charlas introductorias a los temas básicos a investigar, considerando que la manera inicial era la comprensión de aquellas áreas a evaluar. Que se pudiera comenzar a detectar las aptitudes básicas y específicas como motivación, concentración, confianza, presiones, etc.

Etapas Investigación



- Aquí básicamente se realizaron todas las evaluaciones aplicando una batería de test. Se evaluó motivación, concentración, ansiedad, fortalezas yoicas, estados de ánimo entre otras .

Etapa Observacional

- Considerando que las manifestaciones gestuales y comunicacionales son importantes para el desempeño de esta tarea y para además obtener correlato de lo evaluado con lo actuado, se realizaron seguimientos en competencias con observación directa y a través de filmaciones.

Etapa Conclusiones

El referato exige numerosas y variadas cualidades:

- Debe gozar de buena salud, buen estado físico, entrenarse permanentemente y con métodos modernos para adquirir y desarrollar cualidades físicas que son importantes para su profesión : resistencia, velocidad.
- Debe referar con frecuencia ya que la experiencia le aporta mayor confianza en el dominio de su tarea.
- La objetividad es la esencia de su tarea.
- Debe permanecer independiente a las presiones ambientales
- Debe mostrar muestras de autoridad, a través de la buena comunicación verbal y gestual que suele ser muy eficaz a la hora de prevenir.
- Todos pueden perder la cabeza, o ponerse fuera de control, pero el refereee debe mantenerse dentro del dominio de si mismo y de la situación.
- Las decisiones deben darse a conocer rápidamente y con seguridad, no dando lugar a dudas ni desde lo verbal ni lo gestual. Si él esta convencido de la decisión tomada los demás también lo estarán, la duda hace dudar a otros generando altercados o discusiones.
- El refereee debe poseer un conocimiento absoluto del reglamento y todas las actualizaciones del mismo.



Funciones básicas de un referee

- Aplicar el reglamento, que tiene en cuenta una serie de acciones no permitidas y decidir.
- Valorizar juego sucio y / o trasgresiones
- Penalizar
- Determinar si es legal la obtención de conversiones obtenidas.
- Controlar los cambios de deportistas. Teniendo en cuenta que los ahora los cambios de determinados puestos (1º líneas) deben ser realizados por deportistas capacitados para el mismo puesto.
- Controlar los deportistas lesionados
- Controlar la vestimenta de los deportistas, entre otras

En base a estas consideraciones generales refiero que el referee no es un espectador más ni está fuera de juego ya que con su actuación influye e interacciona en el juego, motivo este que lo obliga a equilibrar ésta influencia.

El referee debe, para poder cumplir sus funciones pasar por un proceso de evaluación de las situaciones para luego tomar una decisión. En este proceso de dar valoración a una situación debemos tener en cuenta que hay factores que van a influir como experiencias previas, rivales a refereear, jugadores favoritos en determinado equipo, expectativas previas, competencia televisada, etc.

Con todo esto ellos deben lograr una valoración apropiada a la situación observada, teniendo que lograr la mayor objetividad en la situación de juego, desde su punto de observación y con la rapidez que el juego exige.

De aquí podemos rescatar, la necesidad de que el referee debe tener el mayor conocimiento posible del reglamento, foco atencional apropiado para cada situación, lograr el mayor equilibrio entre la situación percibida y la sanción como decisión final de valoración.

La toma de decisión es fundamental después de la valoración ya que hay que considerar que el numero de decisiones que se toma por partido es muy elevado y todo este proceso debe ser muy rápido. La buena ubicación del referee, la seguridad de lo



observado, la autoconfianza en la justa valoración hace que la toma de decisión sea rápida y eficaz, donde la comunicación verbal y gestual van a reafirmar la misma.

Desde la práctica podemos decir que un referee de rugby toma un promedio de 100 decisiones por competencia sin tener en cuenta la aplicación de la ley de ventaja. Este promedio fue resultado de la observación directa en competencia, tomando como decisión cada vez que se produce un pitazo, dejando el otorgamiento de la ley de ventaja por fuera de esta observación, ya que solo se señala y el comienzo y el fin de la misma la determina el propio referee de acuerdo a la utilización de la misma.

El nivel de concentración y el mantenimiento del foco atencional adecuado, es un punto importante, donde muchas veces este se ve afectado por el autodiálogo negativo ante un error, un dolor físico, la continua queja de los deportistas.

La motivación es un tema central ya que esta profesión conlleva por sí misma una carga importante de tiempo tanto para el entrenamiento como para la competencia. Que es lo que lleva a un referee a dedicar tanto tiempo para entrenar? Que lleva a un referee a dejar muchas veces situaciones familiares para ir a entrenar o competir? Con frío, con lluvia ir a entrenar y ser constantes? Motivación interna, teniendo en cuenta que el rugby como el referato son amateur?

No tenemos aún una única y acabada respuesta, hay varias y diferentes. Pero lo cierto es que entrenan dos veces por semana como mínimo y se ocupan de su progreso constante.

Cruzando la información obtenida de las entrevistas, evaluaciones, la observación directa y la demanda de la actividad misma pudimos establecer a pesar de que la muestra resulta muy pequeña para realizar generalizaciones, ciertos parámetros, que nos permitieron realizar un perfil con algunas características básicas con las que debe contar un referee

- Control Emocional
- Seguridad
- Nivel de atención y Concentración
- Autocrítica



- Abierto al aprendizaje
- Concepto grupal
- Tolerancia a la frustración
- Perseverancia
- Autodisciplina
- Cooperación

A estas características obviamente hay que sumarle la buena preparación física que es necesaria para estar al nivel de las exigencias deportivas del momento actual. Además de las buenas repercusiones psicológicas que otorga un buen estado físico, ya que la autoconfianza se ve altamente beneficiada con un buen estado físico.

Todo esto que a simple vista parecería sencillo de realizar detrás de la línea de cal, nos enfrenta a tener en cuenta

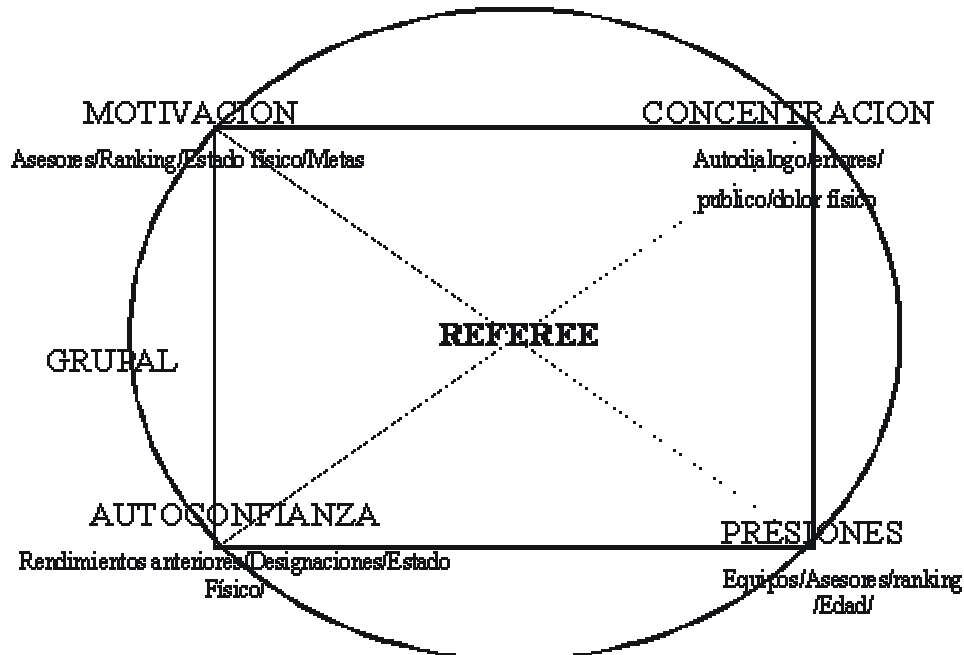
factores situacionales que hacen que muchas veces el rendimiento se vea afectado. Además de la exposición a fuentes de estrés diversas que muchas veces están ajenas a la tarea específica. El estrés se genera entre las demandas del medio o la percepción de las demandas del medio y los recursos individuales para enfrentarlas.

Ahora bien, cada una de las características que describí anteriormente aún están siendo investigadas y evaluadas, son algunas y más básicas para poder desarrollar esta actividad con el nivel de disfrute necesario, poder cumplir con las metas y las expectativas individuales y a la vez darle al juego la conducción y el ritmo que se espera.

A continuación resumo los factores evaluados con algunas de las variables intervinientes. Algunos tienen influencia positiva y otros negativa, de acuerdo al caso.



(Modelo gráfico extraído del Lic. Marcelo Roffé)



El tema no se agota aquí, cada uno de estos aspectos son un tema diferente a desarrollar, con lo cual no puede ser agotado en un artículo, pero básicamente quería compartir con todos Uds. una experiencia muy especial que estamos llevando a cabo junto a Raúl Barrios y con un grupo de referees con muchas ganas y muchísimo potencial.

Porque todo lo bueno se comparte....

Comienza haciendo lo necesario

Después lo que es posible y de repente estarás haciendo lo imposible



Bibliografía

Guy Garon-Pierre Schinte-(1982) El arbitraje del fútbol , 2ªEdición Hispano Europea

Riera J. (1985) Psicología del Arbitraje y Juicio Deportivo, en Riera J. Introducción a la Psicología del Deporte. Barcelona

Reglamento. Leyes del Juego –UAR

García Ucha, El papel de las emociones en el deporte

Agradecimientos

Al Lic. Jesús Chalela de Uruguay por los datos aportados

Al Dr. Francisco Ucha por el material de su autoría

A todos los referees que nos permiten realizar este trabajo y crecer conjuntamente.

A la ARURBA y a la URBA por creer y apoyar este proyecto.