

La capacità di attenzione degli arbitri di calcio.

di Alessandro Ruspantini (preparatore atletico Settore Giovanile S. S. Lazio, AIPAC Lazio),

alexrusp@hotmail.com

I giudici di gara risultano essere una categoria poco studiata per quanto riguarda le capacità attentive. La figura del direttore di gara, con particolare riferimento all'arbitro di calcio, pur essendo spesso molto controversa e messa continuamente sotto accusa, costituisce la componente primaria perché il gioco sportivo possa essere svolto. Infatti, il suo ruolo gli impone di rappresentare il regolamento e di avere la responsabilità di farlo osservare ai partecipanti. Questo fatto mette l'arbitro sempre in una condizione di essere giudicato, generando su di lui una conseguente pressione psicologica, che però egli deve essere in grado di gestire. È auspicabile che la sua attenzione rimanga attiva e immutata per tutto il tempo della competizione per rendere il più possibile equa la direzione dell'incontro e per evitare anche di ingenerare nei giocatori e nel pubblico comportamenti antagonisti alla sua funzione. Plausibilmente, la sua prestazione presuppone elevate capacità attentive. Infatti, l'arbitro deve essere in grado di operare discriminazioni accurate anche durante azioni sportive ad alta velocità e/o in situazioni di contesto "open skill" complesso (ossia in situazioni di incertezza riguardo lo svolgersi delle azioni). Si può ritenere che, come nel caso degli atleti (Maxeiner, 1988), anche nel caso degli arbitri le richieste attenzionali varino a seconda del tipo di sport considerato. Infatti, negli sport "open skill", diversamente dagli sport "closed skill" dove la situazione è costante e dove l'arbitro dovrebbe possedere una capacità di attenzione concentrata, la situazione è resa mutevole dall'azione di due squadre contrapposte così che, alla capacità di concentrare l'attenzione, dovrebbe affiancarsi anche quella di distribuirla contemporaneamente su più indici contestuali. Per l'arbitro risulta cruciale orientare l'attenzione per raccogliere un numero rilevante di dati necessari che lo ponga in grado di prendere una decisione (Nideffer, 1976, 1979). Inizialmente l'arbitro deve avere una idea generale di cosa stia avvenendo sul campo da gioco. La prima richiesta è quindi di sviluppare una direzione apparentemente ampia dell'attenzione nel campo (Cei, 1993). Allo stesso tempo, l'arbitro deve essere in grado di circoscrivere la propria attenzione a pochi stimoli esterni a seconda delle richieste della situazione, e passare da un focus ampio a uno più ristretto. Il direttore di gara, pur dovendo supervisionare il gioco, non può certamente vedere tutto quello che accade in campo. Infatti, vi sono limiti umani per l'acquisizione dei dati e per la velocità di risposta (Saibene, Rossi, Cortili, 1995). L'arbitro deve osservare il gioco da una posizione che consenta di rilevare le azioni in corso e di anticiparne lo sviluppo. Quindi, per migliorare l'arbitraggio, si dovrebbe:

1. Escludere dati irrilevanti. Infatti, l'informazione irrilevante è un ostacolo alla prestazione rendendola meno efficiente. Questo è particolarmente vero per gli automatismi di attenzione

della percezione (ad es.: il movimento della palla spesso attira automaticamente l'attenzione, e seguirne la traiettoria può essere un errore; mentre l'impatto della palla con il terreno o la sua intercettazione da parte dei giocatori deve essere prevista prima che accada). Un secondo fattore di disturbo riguarda alcuni stati di ansia che possono sorgere durante la partita e influenzare negativamente il processo di attenzione. In ultimo, è ovvio che un approccio tecnico scorretto e insufficiente possa portare l'arbitro ad osservare aspetti del gioco irrilevanti.

2. Sapere cosa osservare e quando. È necessario per l'arbitro avere memorizzato le sequenze di gioco e le sequenze delle operazioni attraverso le quali la sua attenzione si muove da un punto del campo all'altro. In più le strategie di attenzione devono essere ben definite e allo stesso tempo flessibili, così che l'arbitro possa effettivamente usare le sue risorse di memoria passando da un ampio focus di attenzione ad uno più ristretto.
3. Affinare la capacità di anticipazione: ciò rende possibile ridurre il tempo di reazione e il tempo necessario al focus di orientarsi su un soggetto in movimento. Tuttavia, l'anticipazione non implica prendere decisioni prima del tempo, piuttosto è riferito alla capacità di prepararsi ad acquisire tutti i dati necessari, riconoscere l'azione, decidere e dare un responso rapidamente in funzione del regolamento di gioco.

Rossi (in Guicciardi e Salvini, 1988) ha indagato gli aspetti che intervengono nell'elaborazione dell'informazione sensoriale, che conduce alla presa di decisioni arbitrali nel corso degli eventi sportivi. A livello percettivo, un arbitro opera delle scelte di orientamento dello sguardo in base ad un programma preordinato (Bagnara, 1984). Una volta stabilito l'oggetto dell'osservazione, l'informazione proveniente dall'esterno permane nella retina per pochi millisecondi per raggiungere la corteccia cerebrale dopo 50-100 millisecondi (ms). L'immagine rimane nella memoria sensoriale per circa 250 ms per essere poi successivamente codificata, mentre i dati considerati inutili vengono cancellati per evitare un sovraccarico di informazioni. Entro questi tempi infinitesimali, il direttore di gara è costretto a decidere se immagazzinare o meno il dato scelto in memoria in modo più stabile. L'arbitro tenderà a raggruppare le percezioni in funzione delle aspettative e degli schemi di riferimento che la persona ha acquisito. Frequentemente, i dati sui quali si fonda il giudizio rapido dell'arbitro, potrebbero non essere più soltanto lo specchio fedele di ciò che ha visto, ma la condensazione di una "personale" elaborazione della realtà (Facchini, 1993). Infatti, non in tutti i casi complessi in cui occorre giudicare rapidamente si può disporre di un'analisi dettagliata e sicuramente del tutto cosciente. La possibilità di controllare coscientemente ogni situazione di gioco varia secondo lo stato funzionale degli analizzatori sensoriali e le strategie con le quali il controllo viene effettuato. Inoltre, risulta cruciale, nel caso degli arbitri di giochi sportivi che si spostano sul campo coerentemente allo sviluppo del gioco, l'influenza dei possibili effetti del carico fisico sulla

prestazione attentava. In una situazione di fatica e di stress nella quale si trova ad operare l'arbitro, l'alta attivazione generale dell'organismo produce un restringimento del campo visivo ed una minore sensibilità per i dettagli percettivi periferici (Wachtel, 1968; Saibene, Rossi, Cortili, 1995). Ne soffre la visione d'insieme, in quanto si devono controllare i particolari con più sforzo. La concentrazione tende così a dirigersi sugli elementi più noti e sicuri nel campo visivo, perdendo però contemporaneamente dati informativi determinanti (Welford, 1973). È stato comunque riscontrato che gli arbitri di calcio, sotto un carico fisico costante, pari al valore medio che risulta dall'analisi di gara, riescono ad avere un buon orientamento dell'attenzione, soprattutto per quanto riguarda proprio la visione globale (Pesce et al., 2000). In ogni caso, il giudizio dell'arbitro potrebbe avvenire in condizioni di incertezza, dal momento che la valutazione da operare velocemente è influenzata da molte variabili. Così, quando una situazione rimane ambigua e percepita con incertezza, la tendenza più spontanea e generalizzata è quella di fare affidamento su una ipotesi che viene soggettivamente ritenuta più probabile, attribuendole un grado di sicurezza che in realtà non possiede. Riemerge quindi l'influenza esercitata dalle precedenti aspettative personali, in parte passive e automatiche, che si presentano nel soggetto sotto forma di "disposizione generale" (Posner, 1978). Infatti, le persone tendono generalmente a percepire maggiormente gli eventi desiderabili, mentre per quelli che evocano sensazioni negative ci sarebbe una soglia più alta di percezione. Così anche i giudizi tendono a poggiare su impressioni e informazioni ricevute nella prima parte di un evento considerato, piuttosto che nelle sequenze successive (Luckins, 1957). Questo fatto però può portare a decisioni sbagliate in quanto il giudizio potrebbe dipendere da campioni fuorvianti di dati (Bagnara, 1984). Risulta perciò importante, al fine di un'adeguata preparazione del giudice di gara, tenere in considerazione questo aspetto così determinante e per nulla trascurabile, al pari delle altre componenti della prestazione (preparazione fisica e tecnica).

Bibliografia.

- Bagnara, S. (1984). *L'attenzione*. Bologna: Il Mulino.
- Cei, A. (1993). The Psychology of Refereeing. In: G. Santilli (ed.), *Sports medicine applied to football*, International Conference, Rome, 5-7/3/1990 (pp. 17-25). Roma: Istituto di Scienza dello Sport del CONI.
- Facchini, F. (1993). *Psicologia del calciatore* (pp. 125-130). Roma: Società Stampa Sportiva.
- Guicciardi, M. e Salvini, A. (1988). *La psicologia dell'atleta*. Milano: Giuffrè.
- Luckins, A.S. (1957). *Experimental attempt to minimize the impact of first impressions, in the order of Presentation in persuasion*. New Haven: Yale University Press.

- Maxeiner, J. (1988). Konzentration und Distribution der Aufmerksamkeit im Sport. *Sportwissenschaft*, 4, 409-420.
- Nideffer, R.M. (1976). The test of attentional and interpersonal style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 394-404.
- Nideffer, R.M. (1979). Predicting human behavior. San Diego: Enhanced Performance Association.
- Posner, M.I. (1978). *Chronometric exploration of mind*. Hillsdale: Erlbaum.
- Pesce, C., Capranica, L., Tessitore, A., Baldari, C., Figura, F. (2000). Effects of a submaximal physical load on focusing of visual attention in soccer referees. *5th Annual Congress of the European College of Sport Science*, Jyväskylä, Finland, 19-23 July.
- Saibene, F., Rossi, B., Cortili, G. (1995). *Fisiologia e Psicologia degli sport*. Bologna: Zanichelli.
- Wachtel, P.L. (1968). Conceptions of broad and narrow attention. *Psych. Bulletin*, 69, 6, 417-439.
- Welford, A.T. (1973). Stress and Performance. *Ergonomics*, 16, 5, 567-580.