



Ofício nº 1167/CA-CBF/2020

Rio de Janeiro/RJ, 15 de junho de 2020.

Da CA-CBF

Aos Presidentes CEAFs, Árbitros(as), Assistentes e Analistas

Assunto: Sugestão IX – Atividades Pilar Mental CBF

Informativo CBF – AUTOEFICÁCIA E ARBITRAGEM

Dando continuidade ao processo iniciado pelo Pilar Mental da ENAF-CBF, com o objetivo de se realizar um trabalho focado na Psicologia do Esporte concomitante à escala de sensação (ciclo da autorregulação pessoal e esportiva) durante o distanciamento social para árbitros(as) e assistentes, esta semana, iremos falar sobre um dos constructos que mais relacionados com o sucesso e a excelência dentro da arbitragem, a autoeficácia.

Você já se perguntou o porquê de estar mais confiante para uma atividade, e para outra não? E o que seria esta dita confiança? A confiança é uma crença, ou seja, algo que você acredita estar relacionado com os seus comportamentos, que irá influenciar as formas como você vai responder a determinados ambientes e situações.

Todo o aspecto da confiança, está intimamente relacionado com um construto muito utilizado na psicologia do esporte, a autoeficácia, esta, “é definida como a força da convicção de um indivíduo de que ele ou ela pode executar com sucesso um comportamento necessário para alcançar um certo resultado. (Bandura, 1997 apud Guillén & Feltz, 2011, p.1). Ou seja, a autoeficácia é a crença da sua capacidade de realizar alguma atividade baseada em sua preparação.

Considerando um trabalho como o da arbitragem, com tamanhas variáveis e dificuldades dentro e fora de campo, o árbitro está constantemente sujeito a erros, estes, podem vir a causar vários sintomas para a saúde não só mental, mas também física do atleta, como a perda de confiança, altos níveis de ansiedade, aumento do estresse e o abandono da profissão. (Guillén & Feltz, 2011). Todos estes aspectos, segundo pesquisas, influenciam negativamente as funções necessárias para o trabalho da arbitragem, como a diminuição da atenção, performance, satisfação com a profissão e com o treinamento

Com isso em mente, podemos dizer que um árbitro (a) com altos níveis de autoeficácia, terá maior capacidade de estabelecer quanto esforço, persistência e comportamentos serão necessários para chegar a um objetivo específico, tendo maior capacidade de resiliência para possíveis erros durante o caminho.

Com o possível aumento dos níveis de autoeficácia nos árbitros (a), estes, poderão:

- Ter maior precisão em suas decisões;
- Ser mais eficazes em seu desempenho
- Mais comprometidos com sua profissão;
- Ter mais respeito de treinadores, administradores e outros funcionários;
- Serem capazes de evitar o estresse que a arbitragem gera” (Guillén & Feltz 2011, p.2).

É importante então que o árbitro (a), sempre busque o entendimento de sua preparação, a forma como foi feita, a necessidade de treinamento para realizar tal atividade e o grau de dificuldade do trabalho proposto, para que a autoeficácia possa auxiliar no momento da execução.

Como conclusão, podemos inferir que a possibilidade de maiores estudos e instrumentos de mensuração da autoeficácia, possibilitará, uma relação muito direta com a escala de sensações e com o ciclo de autorregulação pessoal e esportiva, sendo que estas irão trabalhar de forma complementar, uma vez que a autoeficácia está intimamente ligada com os aspectos da escala de sensações, desta forma,



contemplando o árbitro em sua totalidade, nas esferas física, técnica e mental.

Referências

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. Psychological review, 84(2), 191.
- Guillén, F.; Feltz, D. L. (2011). A conceptual model of referee efficacy. Frontiers in Psychology, Brussels, v. 25, n. 2, p. 1-5, 2011.
- Myers, N. D.; Feltz, D.; Guillen, F.; Dithurbide, L. (2012). Development of, and initial validity evidence for, the referee self-efficacy scale: a multistudy report. Journal of sport & exercise psychology, December 2012, Vol.34(6), pp.737-65.

Ressaltamos que as sugestões elencadas tiveram a organização de:

PILAR MENTAL ENAF-CBF

Marta Ap. Magalhães de Sousa CRP-06/24728.1

REGIÃO CENTRO-OESTE

Camila Baptista Mota Fernandes CRP-09/11110

Guilherme Fischer Mascarenhas - Estagiário 9o semestre PUC-GO

AGRADECIMENTOS

Dra. Adriana Bernardes Pereira

Dra. Andrea Duarte Pesca

Agradecemos antecipadamente o empenho em transmitir este ofício para os nossos oficiais de arbitragem, desejando que ultrapassemos essa fase com o propósito de minimizar danos, aproveitamos para renovar votos de estima e elevado apreço.

Cordialmente,

LEONARDO GACIBA DA SILVA
PRESIDENTE DA CA-CBF