



INTERVENÇÕES DA PSICOLOGIA DA ARBITRAGEM DE FUTEBOL EM TEMPOS DE PANDEMIA

Marta Magalhães

Confederação Brasileira de Futebol

Psicóloga Arbitragem Futebol

CRP 06/24728-1



Psicologia Arbitragem Futebol

Comissão Nacional Arbitragem Futebol

Escola Nacional Arbitragem Futebol

Pilares – Físico, Técnico, Social, Pilar Mental
Psicologia do Esporte

Arbitragem Futebol -2004
CBF desde 2007



Estrutura Arbitragem Futebol

Pilar Mental - Psicologia do Esporte

Anamnese, Entrevista, Avaliação

Preparação Psicológica

Treinamentos Integrados

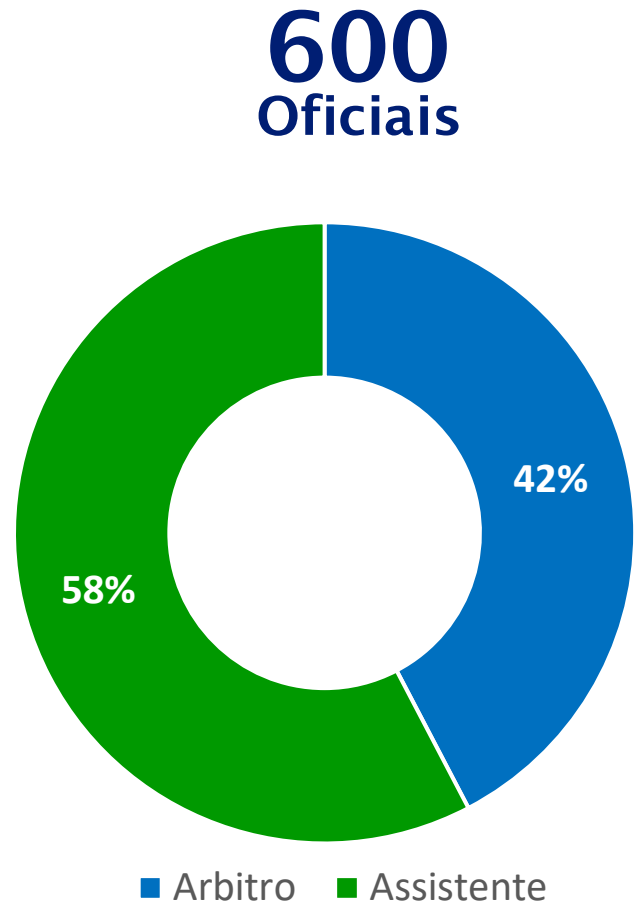
Escutas Individuais

Grupos de Pertencimento

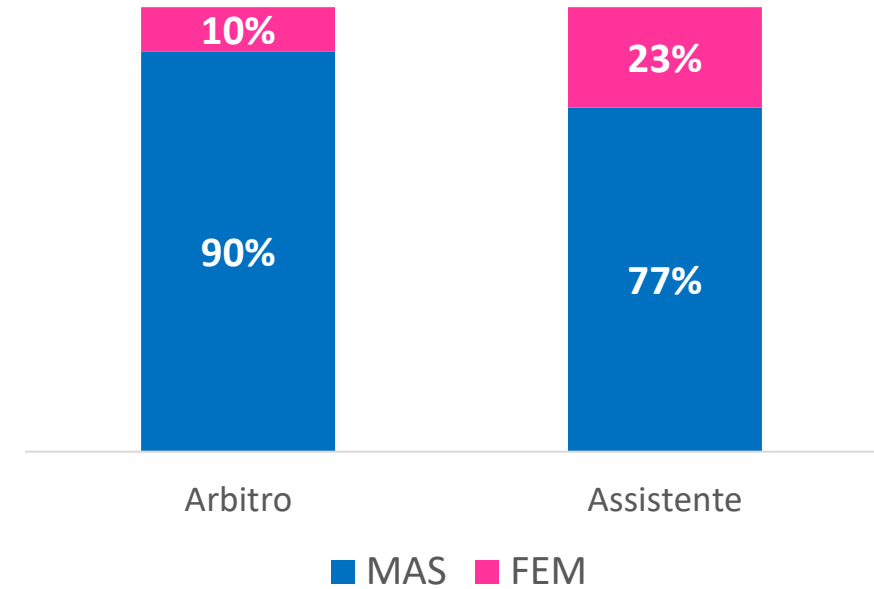
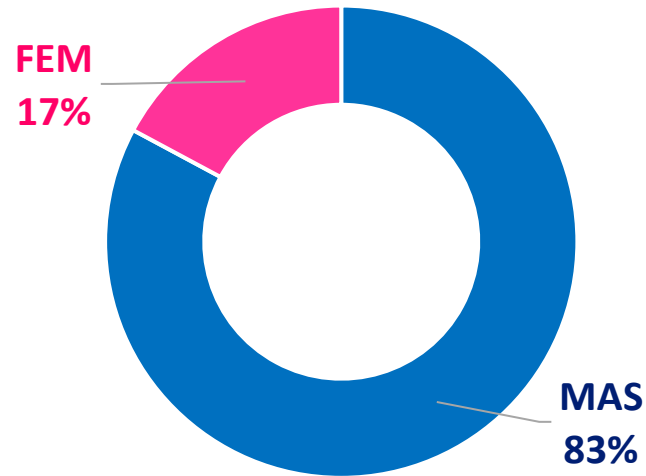
Escala de Sensação (autorregulação)

PUBLICO - ARBITRAGEM FUTEBOL

Distribuição por função

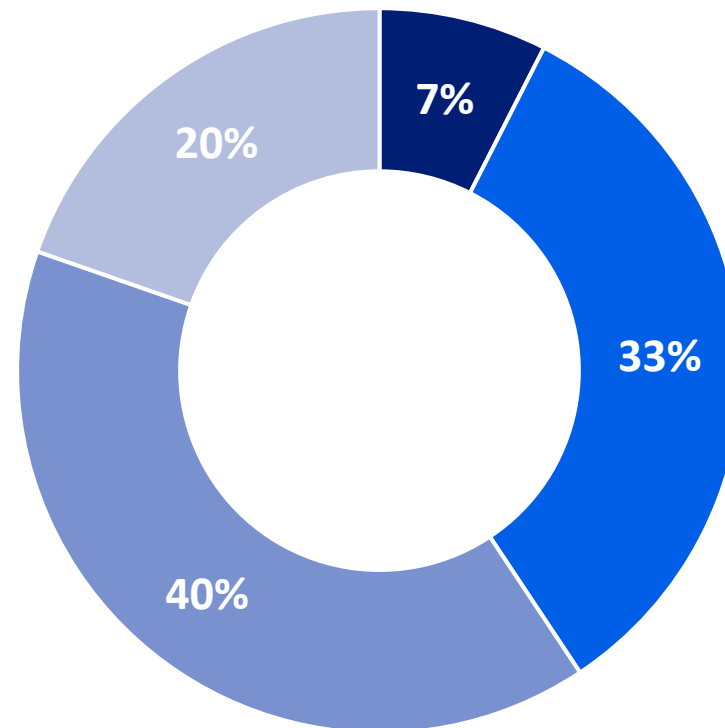


Distribuição por sexo



PERFIL DA ARBITRAGEM

Distribuição por CATEGORIA



600 árbitros
8% Fifa
40% A/B
20% C/D
33% Basico

■ FIFA/MASTER ■ A/B ■ C/D ■ BASICO



O que é isso? Como é isso?





Acolhimento Psicológico Individual

Escuta

Como silenciar

Como se proteger

Quais os cuidados

Quais queixas



Queixas - O que mais preocupa a pessoa?

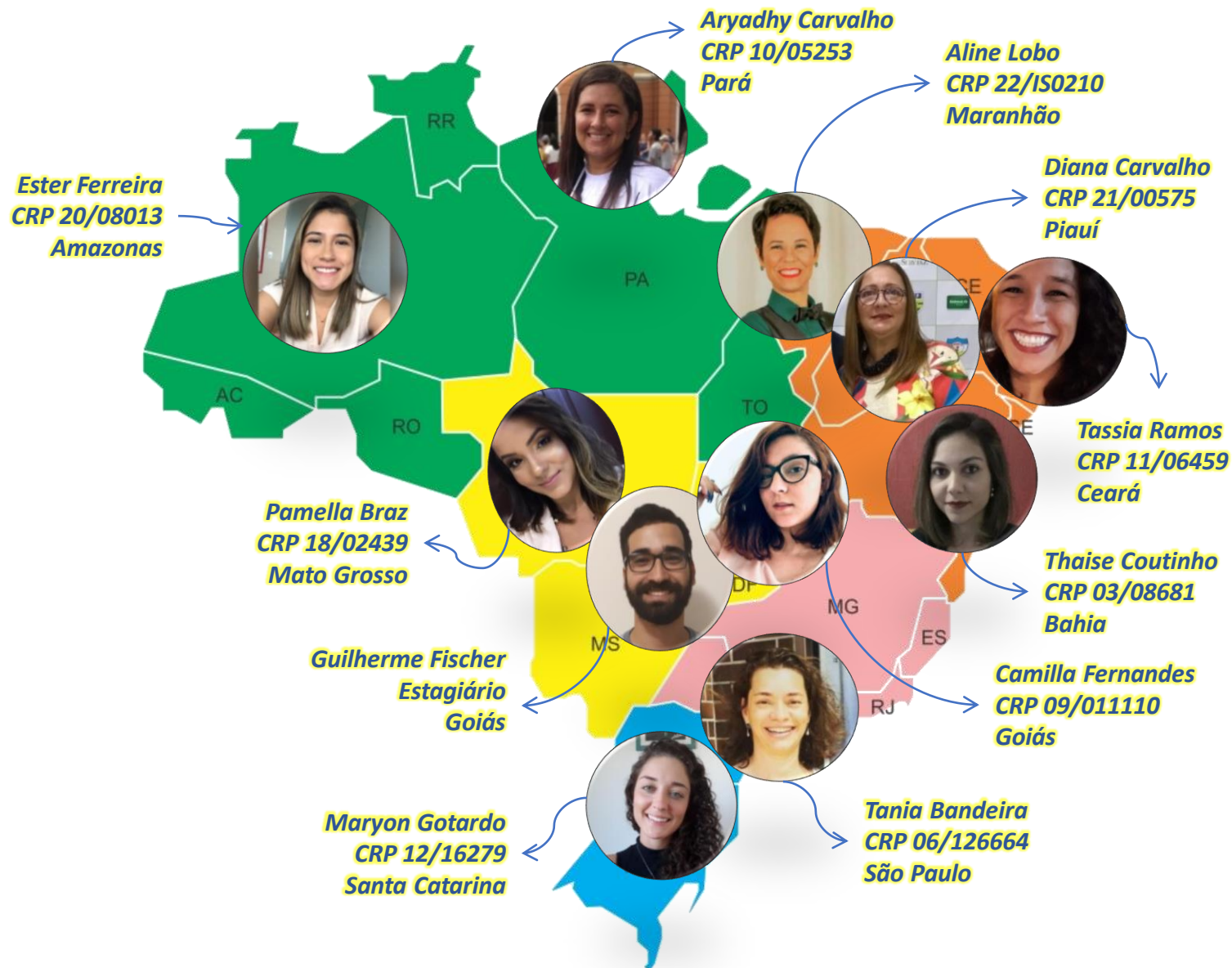
- Informações da mídia ou em redes sociais
- Riscos de saúde
- Ansiedade com as dificuldades econômicas
- Medo da escassez
- Quando retornar as atividades
- Perder ritmo de jogo
- Ficar dentro de casa
- Perder sono
- Ganhar peso
- Problemas emocionais



Psicologia da Arbitragem de Futebol



Marta Magalhães
CRP-06/24728.1





Escuta individual

Grupo de pertencimento

Árbitros e assistentes escolhem seus pares.

O grupo é processual - oportunidades para ampliar o autoconhecimento, crescimento pessoal e as atuações.

Duração - 1:30 hs uma vez por semana

Conteúdo – livros, filmes, musicas, jogo, vídeos, etc

No decorrer dos encontros, vivenciam-se também sentimentos de pertencimento e empatia, atitudes de acolhimento e inclusão



Informativo Psi

Ofício 966 - I

Cuidado consigo e com a rotina de casa (sempre priorizando o criativo, o novo jeito de fazer)

Ofício 1091 - II

Acolher árbitros (as) e ajudá-los (as) a atravessar o momento de pandemia, bem como a alcançar uma maior autorregulação em seu ciclo de contato pessoal e esportivo



CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA
DE FUTEBOL

CBF



INFORMATIVO PSI

Ofício 1019 - III

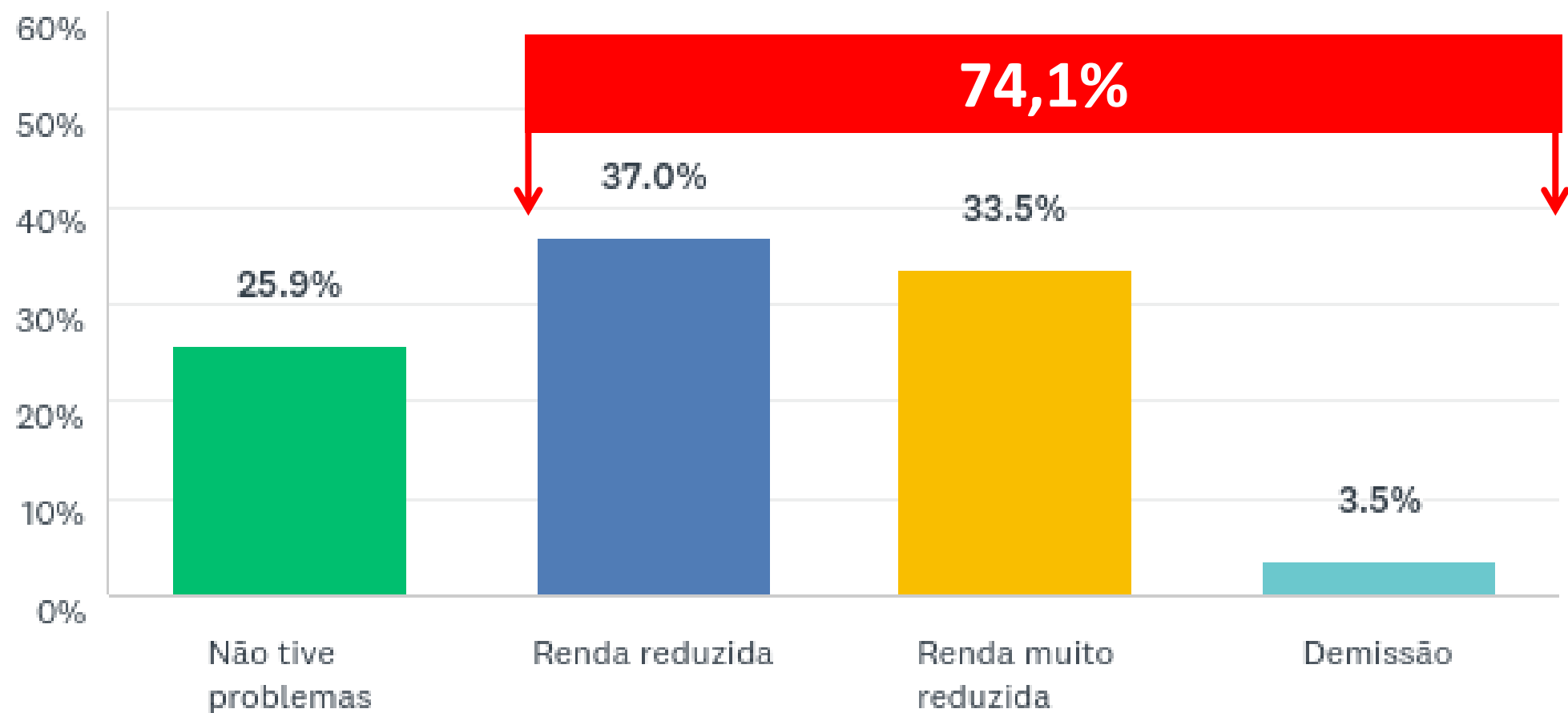
Relações familiares em
época de quarentena:
reflexões

Ofício 1030 - IV

Rotina na quarentena
Como a quarentena pode ter
afetado sua rotina de diversas
maneiras, seja no trabalho, no
treino, nos estudos e nos
passatempos.

RESULTADOS

Teve sua renda ou trabalho comprometido pela reclusão social, fora da arbitragem?





INFORMATIVO PSI

Ofício 1047 - V

Como estar pronto para
uma data que não existe?

Ofício 1080 - VI

Comunicação assertiva



ESCALA DE SENSAÇÃO AUTORREGULAÇÃO

- 1- Conscientização no aqui e no agora (autorregulação pessoal e esportiva).
- 2- Mentalização/Visualização
- 3- Eficácia Muscular – Controle da Ativação/Relaxamento
- 4- Atenção/Concentração
- 5- Comunicação/Trabalho equipe
- 6- Tomada decisão/Novas Estratégias



Gratidão

Viver aqui e agora

Ressignificar

Novas Estratégias

Mais conscientes, mais fortes