

# REFEREEING

OTT 14 - N° 180

MENSILE DI NOTIZIE E QUESITI ARBITRALI



ARBITRO ... UN MODO DIVERSO DI FARE BASKET

sommario

**PG 2** → COMUNICAZIONE I giocatori, i sostituti e le altre persone delle panchine...

**PG 3** → COMUNICAZIONE verbale

**PG 4** → COMUNICAZIONE Paraverbale - vocale / Non verbale

**PG 5** → GLI "INNAMORATI" DEL BASKET di Felice Licari

Testi di  
Giovanni Raimondo  
Redazione  
William Raimondo  
Progetto Grafico  
ed Impaginazione  
Marika Raimondo



Tutti coloro che vogliono contribuire con articoli inerenti l'attività arbitrale o per considerazioni e commenti, possono inviare i loro scritti a:

Giovanni Raimondo (responsabile del giornalino, GAP di Ragusa)

[munnu@hotmail.it](mailto:munnu@hotmail.it) [gioralino.refereeing@gmail.com](mailto:gioralino.refereeing@gmail.com)

NB: inviateci gli indirizzi e-mail dei colleghi che ancora non conoscono il nostro giornalino !!

# COMUNICAZIONE

## I giocatori, i sostituti e le altre persone delle panchine cosa possono fare e come possono farlo?

I capitani di ogni squadra possono colloquiare, con la dovuta cortesia, con arbitri e UdC, durante la gara, per avere informazioni, **solo nelle fasi di palla morta e cronometro fermo** (RT Art 6.1) così come gli allenatori! Gli altri otto giocatori sul terreno e tutte le persone delle panchine non hanno certamente la bocca cucita; parlano anche loro come i capitani e, non solo a palla morta e cronometro fermo, ma anche a palla viva e cronometro in movimento.

### Cosa è loro consentito nei confronti della nostra squadra?

- **Parlarci (nei modi e nei momenti giusti)**
- **Chiedere spiegazioni**

### Cosa, invece, non è loro consentito?

- **Urlare**
- **Protestare platealmente**
- **Farci fare brutta figura**

Quanto sopra vale sia per i giocatori che per gli allenatori. Tutte le altre persone delle panchine non possono colloquiare con i componenti della squadra arbitrale: segnatamente, ad esempio, è specificato chiaramente sul RT (Art 7.5) che al vice-allenatore non è consentito rivolgersi agli arbitri. Non sempre questi articoli del regolamento vengono rispettati da giocatori e allenatori e men che meno dalle altre persone delle panchine.

### Che fare? Sempre!

- **Assumere un atteggiamento sereno e disteso**
- **Valutare equamente il comportamento di tutti i tesserati di entrambe le squadre**
- **Predisporre alla moderazione e alla tolleranza ed anche alla pazienza..**
- **Rapportarsi con tutti, in modo cordiale, signorile, rispettoso**
- **Usare la "scala" dei provvedimenti (richiamo volante, ufficiale, fallo tecnico, espulsione) in relazione alla gravità dei comportamenti**
- **"Leggere" attentamente il linguaggio del corpo e la gestualità di giocatori e allenatori**
- **Valutare il diverso grado di stress a cui sono sottoposti giocatori allenatori**

### Viceversa, cosa non fare! Mai!

- **Assumere un atteggiamento accigliato o, ancora peggio, aggressivo**
- **Valutare diversamente gli atteggiamenti dei tesserati per ciascuna squadra**
- **Perdere il controllo del linguaggio e della postura del proprio corpo comunicando insicurezza o nervosismo**
- **Rapportarsi in modo altezioso o addirittura maleducato**
- **Usare i provvedimenti disciplinari in modo eccessivo o istintivo (effetto boomerang) o, viceversa, assumere un atteggiamento lassista o tardivo (fa perdere il controllo della gara)**

La capacità di tutti i componenti della squadra arbitrale deve essere quella di saper contenere gli atteggiamenti polemi entro limiti accettabili senza la necessità di assumere provvedimenti "punitivi" assolutamente istintivi ma facendo ricorso alla propria leadership. Il buon senso poi ed il carattere deciso degli arbitri, in ogni gara, sono un ottimo viatico per tentare di avere una significativa credibilità da parte delle due squadre in campo, anche di quella che... soccombe nel punteggio ma... "riconosce" un buon arbitraggio!

## COMUNICAZIONE verbale

**I giocatori possono colloquiare con gli arbitri con la dovuta cortesia** (NB: un componente della squadra è considerato un giocatore quando si trova sul terreno di gioco ed è autorizzato a giocare)

- **Avvicinandosi**
- **Con educazione**
- **Con serenità**
- **Interagendo in modo costruttivo**

Come **non** possono farlo

- **Da lontano, gesticolando**
- **Con aggressività**
- **Con platealità**
- **Interagendo in modo distruttivo**

Quanto sopra vale anche per gli allenatori che...però non possono uscire dai box delle rispettive panchine. Ai sostituti ed alle persone al seguito nelle panchine non è consentito parlare agli arbitri. La tolleranza ed il buon senso arbitrale, considerato che non si può impedire a chiunque di parlare con chicchessia, consigliamo di non applicare alla lettera il dettato di questa regola. E' possibile utilizzare la cosiddetta scala della tolleranza che, in forma piramidale, prevede per gli arbitri, la massima disponibilità ad ascoltare, nei modi prescritti, i giocatori che sono direttamente coinvolti nel gioco, poi in successione decrescente allenatori, sostituti, persone al seguito.

Ci sono dei limiti sui tempi; giocatori e allenatori **possono parlare agli arbitri: a palla morta, non sempre, non creando disparità, aiutandoci a crescere in credibilità. Non possono: a palla viva, con ripetitività, per creare vantaggi, cercando di metterci in cattiva luce.**

Se, nei modi consentiti, c'è una

- Richiesta di spiegazione
- **Risposta rapida, chiusa**
- Lamentela, protesta normale
- **Smorzare, richiamo**
- Protesta plateale
- **Provvedimento**
- Ripetitività
- **Spezzare la catena**

Uno dei modi per governare i conflitti è quello di usare poche e giuste parole al momento giusto. Ad esempio: Ok grazie, ho capito, sottintendendo che non sarà consentita un'ulteriore...protesta. Non minacciare mai FT o, peggio FD ma... se promettiamo... manteniamo!

La comunicazione verbale degli arbitri, che assume un ruolo importantissimo nei rapporti arbitri/giocatori e arbitri/allenatori qualifica gli arbitri innanzitutto come persone prima che come arbitri.

Deve essere bidirezionale (ricezione/trasmissione) ed è fortemente condizionata dal contesto: quasi sempre l'arbitro è messo in situazioni affatto sfavorevoli.

Deve essere poi adeguata all'interlocutore: semantica del messaggio, accuratezza del lessico nel linguaggio tecnico, e dipende dal livello culturale dalla capacità espositiva e di sintesi estrema dell'arbitro (non si può stare in mezzo al terreno di gioco a fare lunghi discorsi che non ottengono mai i risultati desiderati)

La comunicazione verbale, anche quando è posta nel modo migliore possibile, raggiunge appena il 7% dell'efficacia del messaggio.

# COMUNICAZIONE

## Paraverbale – vocale / Non verbale

La modalità paraverbale – vocale caratterizza l'efficacia della comunicazione molto più del contenuto.

### E' caratterizzata da:

- **Intensità**
- **Tono**
- **Ritmo**
- **Silenzio (pause)**

### E' determinata da:

- **Fattori ambientali**
- **Atteggiamento destinatario**
- **Stato emotivo**
- **Capacità di auto controllo**
- **Comunicazioni precedenti**

La modalità non-verbale, in parte innata, in parte frutto di processi di socializzazione è predominante nel caratterizzare il messaggio.

### Comprende: Il linguaggio del corpo

- **Contatto visivo e movimenti facciali**
- **Mimica facciale**
- **Gestualità**
- **Postura**

### Gli spazi e le distanze

- **L'occupazione dello spazio per la comunicazione**
- **La distanza di comunicazione**

### Possibilità di essere inviato/percepito mediante il tatto

- **Atti comunicativi espressi dal contatto fisico**
- **Consapevolezza di sé e capacità relazionale elevata**

L'insieme delle caratteristiche paraverbali-vocali e non-verbali concorrono per il 38 e per il 55 % rispettivamente alla efficacia della trasmissione del messaggio. Quelle utilizzate più spesso dall'arbitro caratterizzano il suo "stile comunicativo". Esso risente fortemente del carattere, del vissuto e della formazione culturale della persona. Può (deve) essere sottoposto ad un lavoro mirato alla crescita fino all'ottenimento di una comunicazione efficace.

L'obiettivo è la soluzione dei conflitti, mai... l'inutile, dannosa ricerca del colpevole!

Di fondamentale importanza è poi la capacità di farsi valere con la persuasione e mai con l'imposizione, pur nel rispetto dei diritti dell'altro, orientando le scelte e ottenendo il consenso di giocatori, allenatori, persone al seguito. Tale capacità prende il nome di **ASSERTIVITA'** ed è data dalla capacità di esprimere le proprie emozioni e opinioni in modo chiaro senza offendere né aggredire l'interlocutore. Presupposti necessari sono: buona immagine di sé (autostima) adeguata comunicazione, libertà espressiva, capacità di rispondere alle richieste e alle critiche, capacità di dare e ricevere apprezzamenti e, ribadiamo con forza, capacità di sciogliere i conflitti.

Occorre una spiccata congruenza tra comunicazione verbale e corporea, capacità di ascolto attivo ed empatia cioè capacità di porsi in maniera immediata nello stato d'animo o nella situazione della persona che protesta senza nessuna partecipazione emotiva.

L'efficacia della comunicazione passa anche attraverso l'identificazione dell'interlocutore: un messaggio appropriato deve essere tagliato sulle caratteristiche del destinatario per facilitarne la ricezione e la condivisione.

**Gli interlocutori principali sono l'Allenatore ed il Capitano, ma in realtà la comunicazione avviene con tutti!**

## Consigli agli innamorati del basket di Felice Licari

Un grande arbitro si distingue da uno bravo per la capacità di garantire i massimi livelli del proprio operato nel tempo.

E' possibile mantenere questa caratteristica grazie ad un allenamento costante, a tenacia, costanza e determinazione.

Ma questo non basta, si richiede di più...

Ogni arbitro deve essere in grado di migliorare la propria prestazione per rispondere in modo sempre più efficace alle nuove e imprevedute difficoltà che il suo ruolo comporta.

Ogni arbitro possiede, dunque, delle potenzialità; esse sono le risorse necessarie per poter affrontare la conduzione di una gara.

Queste potenzialità devono, però, essere continuamente alimentate per rendere efficaci le sue future performance.

Bisogna, allora, per noi Osservatori, accertarsi che l'arbitro possieda delle competenze, ma dato che queste devono essere continuamente affinate e aggiustate, dobbiamo anche saper intravedere nell'arbitro il suo potenziale di crescita e sviluppo.

Questo è quello che chiamiamo potenziale di crescita o futuribilità.

La competenza è essenzialmente ciò che una persona dimostra di saper fare in modo efficace, in relazione a un determinato obiettivo, compito o attività.

Il risultato dimostrabile e osservabile di questo comportamento competente è la prestazione o la performance.

Le **competenze** comprendono il **sapere** (conoscenze), il **saper fare** (capacità), il **saper essere** (atteggiamenti, motivazioni)

Essere arbitro implica, ad esempio, *il possesso della teoria arbitrale* (regole, conoscenze teoriche del gioco...conoscere e applicare, dunque) *il possesso di capacità fisiche*, ma anche *il saper gestire le proprie emozioni*, *l'auto-controllo* (per una pacata valutazione) e *lo sforzarsi di comprendere le dinamiche relazionali e comportamentali delle persone che dirige in campo*.

Gestire una folla inferocita, mantenere la calma in un contesto pericoloso e assordante, trattare le persone in modo cordiale ma risoluto, facendo applicare le regole per l'omologazione del risultato è il compito che ogni arbitro

deve garantire all'interno di una manifestazione sportiva.

L'arbitro è, infatti, tenuto a prendere decisioni importanti in frazioni di secondo senza la possibilità di un minimo ripensamento, e non c'è, fra la folla, una sola persona disposta a fare il tifo per lui.

Tutto questo fa parte del suo sapere e del suo saper fare e anche del suo essere una persona di una positiva umanità.

Infatti non dimentichiamo che l'arbitro è prima di tutto un profondo "innamorato" dello sport che dirige, poichè se non avesse questa passione non potrebbe continuare in condizioni così difficili.

E' dunque molto importante che abbia delle forti motivazioni e degli atteggiamenti positivi che gli permetteranno di procedere con forza e determinazione, superando le paure e le forti pressioni a cui è costantemente sottoposto durante la gara.

Per un arbitro è naturale aver paura di fallire, paura di essere criticato, paura di sentirsi inadeguato: per questo non bisogna ignorarli, ma aiutarli a superare questi ostacoli con gli strumenti più adeguati.

Rilassarsi, portare la mente a pensieri positivi e stimolanti, non gettarsi nello sconforto per un errore commesso possono essere mezzi molto utili per vincere questa sfida.

Arbitrare uno sport è stupendo, soltanto un altro arbitro può capire le soddisfazioni che la pratica di quest'attività permette di vivere.

Quest'attività permette prima di tutto di migliorare e crescere come persona, sfidare se stessi ogni volta che si scende in campo ed è un ottimo sistema per vincere le proprie paure, si riceve rispetto ottenendo la fiducia dell'altro, si riconosce e si tributa il valore del prossimo e si impara a come riuscire a superare i tanti problemi che si incontrano nella vita.

La sfida che un arbitro deve superare non è quella personale contro un atleta fastidioso e maleducato che lo provoca, ma quella ben più importante contro se stesso, per cercare di superare il proprio limite formandosi come uomo, prima che come sportivo.