

**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JÚLIO DE MESQUITA FILHO”  
INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS- RIO CLARO  
PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO HUMANO E TECNOLOGIAS**

**O ESCOLHER “SER” ÁRBITRO DE FUTEBOL E A MOTIVAÇÃO PARA PRÁTICA  
SOB O OLHAR DA PSICOLOGIA DO ESPORTE: INVESTIGAÇÃO CENTRADA  
NA TECNOLOGIA DO *GOOGLE™ DOCS***

Mestrando: Raphael Moura Rolim  
Orientador: Prof. Dr. Afonso Antônio Machado

RIO CLARO-SP

2014

Raphael Moura Rolim

O ESCOLHER “SER” ÁRBITRO DE FUTEBOL E A MOTIVAÇÃO PARA PRÁTICA  
SOB O OLHAR DA PSICOLOGIA DO ESPORTE: INVESTIGAÇÃO CENTRADA NA  
TECNOLOGIA DO *GOOGLE™ DOCS*

Dissertação de Mestrado apresentada ao Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, como parte dos requisitos para qualificação, no Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento Humano e Tecnologias.

Comissão Examinadora

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Rio Claro, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Rio Claro

2014

796.01 Rolim, Raphael Moura  
R748e O escolher "ser" árbitro de futebol e a motivação para  
prática sob o olhar da psicologia do esporte : investigação  
centrada na tecnologia do Google™ Docs / Raphael Moura  
Rolim. - Rio Claro, 2014  
54 f. : il., figs., gráfs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista,  
Instituto de Biociências de Rio Claro  
Orientador: Afonso Antonio Machado

1. Psicologia desportiva. 2. Arbitragem. 3. Futebol. 4.  
Estresse ocupacional. I. Título.

## DEDICATÓRIA

*À Deus, por sempre estar a frente dos meus passos, sendo o verdadeiro guia dessa trajetória.*

*"Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna." João 3:16*

## AGRADECIMENTOS

Ao meu orientador, Prof. Dr. Afonso Antônio Machado, por ser um homem digno de admiração, não só pelo potencial teórico, mas como cidadão, um verdadeiro professor da vida. Agradeço por ter me ensinado a ser uma pessoa melhor e um profissional mais assertivo, além disso, obrigado por ter me demonstrado o quanto vale a pena viver e amar essa passagem. Sinto orgulho de ter sido seu orientado, serei sempre grato.

Aos meus pais, Ruy e Dilma, pelo amor incondicional e por estarem ao meu lado em todas as situações, dando apoio e força nos momentos mais difíceis, ajudando e me mantendo acolhido mesmo à distância.

A minha querida irmã, Priscilla, por tantas vezes ter tirado minhas dúvidas, estando disposta a ajudar, com a competência que lhe é inerente, capaz de ser exigente e de passar tranquilidade nas medidas certas, sem ela não seria capaz de um dia sonhar com a realidade desse trabalho.

A minha amada noiva, Dryelle, por ser a mulher que Deus reservou para estar comigo e ser a grande incentivadora dos meus projetos, sem sua presença e força não seria possível continuar nas adversidades. Os momentos de ausência foram difíceis de superar, mas serviu para valorizar ainda mais a nossa união, é a minha preciosidade e quem eu quero estar sempre por perto.

Aos meus amigos e amigas do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte (LEPESPE), pela cumplicidade e companheirismo que demonstraram desde a minha chegada a Rio Claro/SP, aprendi muito com essa turma, onde compartilhamos momentos de alegria, de tristezas e de conquistas. Saibam que foram fundamentais para essa realização.

À minha avó, Celina, pelo carinho e pelas palavras de amor que nunca lhe faltaram, uma mulher incomparável, que Deus a abençoe e lhe dê muita saúde.

À Igreja Batista Missionária de Ponta Negra (Natal/RN), pelas orações e ensinamentos dos caminhos Cristãos.

## RESUMO

A prática da arbitragem no futebol de alto rendimento produz sentidos significativos na vida do árbitro, pois ao mesmo tempo em que se sentem satisfeitos em realizar a atividade, são extremamente cobrados e exigidos jogo a jogo na difícil tarefa de não poder cometer erros. Os objetivos desta pesquisa se pautaram em investigar as razões pela escolha e as motivações para a permanência da atividade profissional de árbitros de futebol, além de investigar o estresse da função e o desejo pelo abandono da carreira. A pesquisa foi fundamentada em diferentes temáticas como a psicologia no esporte, a arbitragem no futebol, a motivação e o estresse ocupacional. Para alcançar os objetivos, foi aplicado um questionário *on line* utilizando a ferramenta *Google™ Docs*, divulgado por meio da rede social *Facebook®*. O público alvo da pesquisa foram os árbitros federados no Brasil. Utilizando os grupos de árbitros de futebol profissional disponíveis no *facebook®*, foi possível alcançar uma amostragem das 5 regiões brasileiras. Os dados foram tabulados e submetidos à análise de conteúdo. A pesquisa contou com a participação de 37 árbitros de futebol profissional, do gênero masculino, com idades entre 21 e 43 anos, com média de 22,27 anos. Os resultados apresentaram o amor pelo futebol como razão principal para a iniciação na arbitragem, já para permanência na atividade apresentaram não só a paixão pelo futebol como também a intenção de estar envolvido com o esporte e com alguma atividade física. Quanto ao estresse ocupacional da atividade como árbitro, foi possível identificar que, para os envolvidos na pesquisa, trata-se de uma função muito estressante, porém, não há o desejo de abandonar a carreira.

*Palavras-chave: Arbitragem, Futebol, Psicologia do Esporte.*

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	7
1. Justificativa.....	9
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	11
3.1 A psicologia do esporte como área de atuação .....	11
3.2 Psicologia do esporte e a arbitragem no futebol profissional .....	14
3.3 Motivação e a Teoria da Autodeterminação (TAD).....	20
3.3.1 Motivação Intrínseca .....	20
3.3.2 Motivação Extrínseca .....	21
3.3.3 Amotivação.....	22
3.4 Psicologia do esporte, o estresse e a arbitragem no futebol.....	24
3.5 A internet e as redes sociais como ferramentas de pesquisas acadêmicas.....	29
4. OBJETIVOS .....	33
5. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS .....	33
5.1 Tipo de pesquisa .....	33
5.2 Local da pesquisa e coleta de dados.....	33
5.3 Análise dos Dados.....	34
6.1. Caracterização dos sujeitos da pesquisa .....	35
6.2 Análise de Conteúdo .....	37
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	42
8. SUGESTÃO DE PESQUISAS FUTURAS.....	43
8. REFERÊNCIAS.....	43
APÊNDICE 1. Questionário disponibilizado, aos participantes da pesquisa na plataforma <i>Google™ Docs</i> . .....	53
APÊNDICE 2. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido apresentado aos participantes da pesquisa na plataforma <i>Google™ Docs</i> . .....	55

## 1. INTRODUÇÃO

A escolha por temas envolvendo arbitragem no futebol e psicologia do esporte se deve pelo fato de estarem diretamente relacionadas ao interesse de estudo por parte do autor deste trabalho, estando envolvidos com o ambiente no qual faz sentido o aprofundamento e a análise mais específica de assuntos ligados a estas duas áreas. Além disso, são temas que se enquadram no processo de escolha, na motivação para prática e no estresse ocupacional, que formaram os aspectos fundamentais da pesquisa em questão.

As características emocionais em árbitros de futebol são alvos de muitos estudos, porém, relacioná-los com a psicologia do esporte deixa clara a intencionalidade deste trabalho em agregar a prática profissional do árbitro de futebol com a ciência aplicável da psicologia, que é a psicologia do esporte, uma área em constante expansão e adesão.

Para Cardénas e Pumariega (2012),

Não existe a menor dúvida de que as características intrínsecas das próprias funções que desenvolve um árbitro esportivo manifestam grandes exigências a respeito de um grande número de habilidades e características psicológicas. Não obstante, é fácil que nos encontremos, por um lado, com livros orientados ao estudo exclusivo dos processos de arbitragem e, por outro lado, com manuais de psicologia do esporte gerais, os quais esquecem na grande maioria das repercussões que os aspectos psicológicos possuem no desenvolvimento do árbitro. Os primeiros por não incluir aspectos psicológicos que formam parte de sua área de ação, e os segundos, por não situar entre suas áreas de trabalho, o âmbito do árbitro

Sendo assim, é importante ressaltar o quanto o trabalho psicológico é relevante para a eficácia da preparação de um árbitro. Segundo Antonelli e Salvivi (1982) a psicologia aplicada ao esporte é uma ciência recente, com origem no final do século XIX e início do século XX, porém encontra-se em constante desenvolvimento, caracterizada por ser uma grande corrente de pensamentos em que convergem diversas doutrinas da Psicologia, Filosofia, Sociologia, Educação Física, entre outras, além disso, trata-se de um assunto de competência multidisciplinar aberto a contribuições de diversos profissionais.

Esta área ocupa-se de todos os aspectos psíquicos presentes na atividade física e desportiva. A psicologia do esporte pode ser definida como o campo de conhecimento responsável pela identificação e compreensão de teorias e técnicas psicológicas que, aplicadas ao esporte, tem o objetivo de maximizar o rendimento e o desenvolvimento pessoal do atleta.



Outros autores a compreendem como o estudo científico de pessoas no contexto do esporte ou exercício. A psicologia do esporte e do exercício identifica princípios e padrões que profissionais podem utilizar para auxiliar adultos e crianças a participarem, com maiores benefícios, de esportes e atividades físicas (GONZÁLES, 1996).

A psicologia do esporte no Brasil teve seu início em modalidades de alto rendimento, assim como em outros países, buscando melhores resultados em competições. O pioneiro nesse sentido foi João Carvalhaes, um profissional com grande experiência em psicometria, chamado para atuar junto ao São Paulo Futebol Clube, equipe sediada na capital paulista, onde permaneceu por cerca de 20 anos, além de fazer parte da comissão técnica da seleção brasileira que foi à Copa do Mundo de Futebol de 1958 e conquistou o primeiro título mundial para o país na Suécia (MACHADO, 2006; RÚBIO, 2000).

A década de 70 demonstrou maior vislumbramento para o trabalho de quem se dedica à psicologia esportiva, antes restrita aos times de futebol. A partir de 1976, com Mauro Lopes de Almeida a psicologia do esporte atinge outras modalidades esportivas. Ele compôs a equipe que trabalhava no Centro Olímpico de Treinamento e Pesquisa. No ano de 1979, foi fundada a Sociedade Brasileira de Psicologia do Esporte, da Atividade física e da Recreação (SOBRAPE), e, em 1986 foi criada a Sociedade Sul-americana de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação (SOSUPE).

De modo mais detalhado, sobre a organização e desenvolvimento da área, vemos que, em 1965, é fundada a Sociedade Internacional de Psicologia do Esporte (ISSP). Pouco adiante, em 1968, é fundada a Sociedade Americana para a Psicologia do Esporte e Atividade Física (NASPSPA). Apesar da fundação das sociedades nacionais e internacionais desde o final da década de 60 é somente em 1986 que a Associação Americana de Psicologia (APA) reconhece a psicologia do esporte como especialidade (divisão 47) e estabelece critérios de formação específicos. No Brasil temos a fundação da SOBRAPE (Sociedade Brasileira de Psicologia do Esporte) em 1979 e, em 2001, é criado o registro de especialista pelos conselhos regionais e federal, que pode ser considerado como um reconhecimento ao desenvolvimento da área.

Para tanto, destacamos que a evolução da psicologia do esporte depende do interesse pela pesquisa dentro das instituições de ensino e da capacidade de mudanças positivas que o profissional desta área é capaz de exercer dentro do contexto esportivo, seja no âmbito prático, intervindo diretamente nas demandas solicitadas, ou teórico, dando suporte psicológico para a comissão técnica, os treinadores e os atletas a exercerem suas atividades.

Neste trabalho, abordaremos a motivação pela escolha em ser árbitro de futebol, as razões pela manutenção da prática e o estresse ocupacional desta atividade, todas estas vinculadas ao ensino da psicologia do esporte. A pesquisa foi realizada a partir de do uso de recursos tecnológicos, sendo estes principais: *Internet, Google™ Docs e Facebook®*. A importância de estudar e conhecer melhor os árbitros de futebol, tendo alcance geográfico em tempo hábil para realização da coleta de dados se fez possível através da utilização das ferramentas de tecnologias de informação utilizadas e disponíveis.

Segundo Bianchi (2008),

as “tecnologias inovadoras”, “novas tecnologias”, “elementos tecnológicos”, “mídias digitais” e “novas mídias”, são chamadas de tecnologias de informação e comunicação (TICs) recebendo inúmeras denominações mundo afora, pois, seus impactos vêm alterando significativamente o modo de vida e a produção do conhecimento e do saber. De modo geral, pode-se dizer que as TIC’s compreendem os recursos e possibilidades utilizados para comunicar e obter informações que dispõem de amplos sistemas tecnológicos, de satélite e digitais de funcionamento, por exemplo: a informática e seus derivados, a televisão e mídia impressa e sistema de telefonia.

As utilizações das novas tecnologias de informação favorecem o processo de muitas pesquisas científicas nos dias atuais. Neste sentido, Blattmann e Tristão (1999, p.29-30) destacam que,

o ambiente científico está sujeito a constantes transformações provocadas principalmente pela introdução de tecnologias emergentes de informação, mudando também os recursos e formas de produção científica em vista do aparecimento de formatos documentários variados, fruto de digitalização em meios eletrônicos. Além disso, os processos de busca e uso da informação encontram na virtualidade maior propensão à recuperação da informação rápida e efetiva, principalmente na intercomunicação entre os pares (colégios invisíveis), como por exemplo, através do correio eletrônico (e-mail), listas de discussão, boletins eletrônicos, vídeo-conferências, entre outros.

Sendo assim, espera-se, a partir deste trabalho, identificar possíveis causas que motivam a prática da arbitragem por parte dos árbitros, contribuindo para o conhecimento desta área, assim como o papel do psicólogo e das tecnologias virtuais como protagonistas na pesquisa científica e no mercado de trabalho em expansão. Para Gussen e Sá (2010), devido à importância do árbitro, é fundamental compreender e fundamentar sua preparação pela comunidade científica.

Dentro do universo esportivo, alguns membros do cenário do espetáculo são menos estudados ou despertam pouco interesse por parte de pesquisadores; neste grupo temos os árbitros e os preparadores físicos, citados como exemplos. Os árbitros são uma peça essencial

no mundo dos esportes competitivos e, como parte do seu papel, têm como obrigação fazer valer o cumprimento das regras e, conseqüentemente, caso deixem de cumprir suas obrigações, podem influenciar no resultado dos jogos, prejudicar a natureza da competição e regulamentos e o fair-play no futebol (KORTE, 2012).

Desta forma, sugere-se a leitura deste trabalho para maior compreensão desta classe muitas vezes esquecida pelo grande público e pela comunidade científica, alvo de muitas críticas e pressões, onde a exposição e o erro são super valorizados e passam a ganhar caráter pessoal e não profissional em muitos dos casos. Espera-se a partir desta iniciativa, que possamos contribuir com os árbitros de futebol, sendo ponte para futuros interessados em estudá-los e criar propostas de intervenção que contribuam com a preparação destes, seja nos aspectos físicos, técnicos ou psicológicos.

## **2. JUSTIFICATIVA**

No contexto do futebol, os estudos e pesquisas em psicologia do esporte que contribuem com a arbitragem vêm crescendo, apesar de ainda ser um tema que carece de produções, a maioria destas tem o foco nos atletas e treinadores. Para Silva e Rech (2008, p.144), “por muito tempo o árbitro de futebol e seus assistentes forma considerados como figuras secundária no ambiente competitivo (...), com o passar dos anos, observou-se que esta função necessita de um treinamento e uma preparação psicológica.”

Para Rodríguez e Ascanio (2002, p. 70), os estudos da psicologia do esporte voltados para os árbitros ainda são escassos:

A psicologia da motivação no esporte tem sido tradicionalmente o objetivo de identificar as razões para atletas ou treinadores, mas praticamente não há referências na literatura sobre a figura do árbitro. (...) A psicologia do esporte não tem dedicado muito esforço de pesquisa para analisar os aspectos psicológicos da arbitragem.

O processo de crescimento da psicologia do esporte deve acompanhar as novas tendências tecnológicas, que estão cada vez mais inseridas em todos os contextos sociais e, não seria diferente, com os das ciências aplicadas ao esporte.

### **3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

Optamos por denominar de fundamentação teórica toda a nossa revisão de literatura, por entender que este objeto seja referenciado, em grande parte, por autores nacionais e internacionais, em livros, artigos, sites e blogs, em função da importância dele para a sociedade de espetáculo. Mas, adiante disso, pelo fato dos árbitros protagonizarem papel relevante no desempenho de atletas e de modalidades, assistidas e admiradas pelo grande público, presente e/ou virtual. O estofamento teórico que dará sustentação ao estudo aqui iniciado privilegiará a psicologia do esporte e seu contexto histórico e atual, a arbitragem no futebol profissional e a visão da psicologia do esporte, a motivação, o estresse ocupacional em árbitros e o uso da internet e das redes sociais como ferramentas de pesquisa. Esse levantamento teórico dará suporte aos procedimentos metodológicos e suas análises, conduzindo para uma conclusão assertiva.

#### **3.1 A psicologia do esporte como área de atuação**

A psicologia do esporte, como área específica de produção de conhecimento e aplicação, tem já percurso e história consideráveis. Segundo Rúbio (2000) a história da psicologia do esporte confunde-se com a da psicologia, de um modo geral, já que os primeiros estudos relacionando “aspectos psicológicos” e atividade física datam do final do século XIX e início do XX. Ocorre que somente nas décadas de 60 e 70 é que a área começou a receber maior atenção e organização, tanto na Europa como na América do Norte. No Brasil também tivemos alguma produção nas mesmas décadas com trabalhos aplicados no futebol, porém, foi somente na década de 90 que a psicologia aplicada ao esporte começou a obter maiores investimentos, reconhecimento social e acadêmico.

Tanto no Brasil como no exterior, a organização das sociedades e eventos como congressos regionais e mundiais, assim como a inclusão de disciplinas nas grades curriculares de cursos de educação física e psicologia, a criação de cursos de especialização, e a publicação de periódicos específicos são evidências do nível de desenvolvimento da área.

O campo de atuação da psicologia do esporte e do exercício investiga desde as relações de causa e efeito das ocorrências psíquicas, durante as diversas fases do exercício e

do esporte (antes, durante e após); e as diversas formas de manifestação (educativo, recreativo, competitivo e/ou reabilitador) diante das várias características dos participantes. Segundo Weinberg e Gould (2001) investigam também, o modo como os fatores psicológicos afetam o rendimento das pessoas.

Como disciplina científica e como área profissional, a psicologia do esporte e do exercício, pode ajudar a compreender melhor o exercício e o esporte praticados pelo ser humano, avaliando, analisando e dirigindo estas atividades através de processos psicológicos (BECKER Jr., 2000). Sua função consiste na descrição, explicação e no prognóstico de ações esportivas, com o fim de desenvolver e aplicar programas, cientificamente fundamentados, de intervenção, levando em consideração os princípios éticos (NITSCH, 1989 apud SAMULSKI, 2002).

Samulski (2002) afirma que a psicologia do esporte e do exercício pode ser dividida em quatro áreas de atuação: esporte de rendimento (analisa e modifica os fatores psíquicos determinantes do rendimento no esporte, com a finalidade de otimização), esporte escolar (analisa os processos de ensino e aprendizagem; de educação e socialização), esporte recreativo (analisa o comportamento recreativo de grupos de diferentes faixas etárias e classes socioeconômicas) e esporte de reabilitação (com programas psicológicos de reabilitação para pessoas portadoras de limitações físicas, mentais e sociais).

A psicologia no esporte é considerada por Feijó (2000) e Machado (2000) como a transposição da teoria e da técnica das várias especialidades e correntes da Psicologia para o contexto esportivo, seja no que se refere a aplicação de avaliações para a construção de perfis, seja no uso de técnicas de intervenção para a maximização do rendimento esportivo.

Para Griffith, um dos precursores da psicologia do esporte americana, citado por Gould e Pick (1995), as funções do psicólogo do esporte era ensinar a técnicos jovens e inexperientes os princípios psicológicos utilizados por técnicos de grande sucesso, adaptar a informação já adquirida em Psicologia, além de utilizar o método científico e experimental em laboratório para descobrir novos fatos e princípios que ajudariam o atleta na prática. Com relação ao papel do psicólogo do esporte dentro de uma equipe esportiva, Riera (1985) e Miracle (1992) destacam que é função assessorar, informar, ensinar e ser agente de transformação, junto aos técnicos, dirigentes, atletas e demais envolvidos no contexto do esporte e do exercício físico os princípios que norteiam o comportamento humano.

A atuação do psicólogo do esporte é diversificada dependendo do contexto, como afirmam Raalte e Brewer (2011, p. 3):

Tal como ocorre com numerosas outras subespecialidades da psicologia, a psicologia do esporte abrange uma grande variedade de atividades clínicas, educacionais e de pesquisa. O psicólogo que trabalha nesse campo pode fazê-lo junto aos atletas do Centro de Treinamento Nacional para as Olimpíadas; ele pode aplicar exercícios terapêuticos em seus clientes ou pode dirigir uma oficina para pais ou treinadores de jovens esportistas. Talvez não exista o típico psicólogo do esporte, porém existem vários assuntos e áreas que todo psicólogo precisa conhecer para poder praticar a psicologia do esporte.

Araújo (2002) destaca que os especialistas em psicologia do esporte devem estar empenhados em melhorar o desempenho dos atletas, em aconselhá-los, reabilitá-los de lesões físicas e psicológicas e promover o exercício físico para melhorar a saúde dos indivíduos, além de ser papel essencial a comunicação entre os grupos esportivos e os psicólogos.

Após a década de 80, a psicologia do esporte se estabeleceu como uma área em ascensão, porém, sua consolidação ocorreu principalmente durante os anos 90, obtendo destaque por meio da psicóloga do esporte Suzy Fleury, também na Seleção Brasileira de Futebol (MARQUES, 2004).

Para Vieira, Vissoci e Oliveira et al. (2010), no Brasil a psicologia do esporte tem sido considerada como um ramo emergente da psicologia, tanto em congressos científicos da psicologia como em seus cursos de graduação. Ao se considerar a história do desenvolvimento dessa especialidade nota-se que seu surgimento é semelhante ao desenvolvimento da psicologia geral.

Todo seu curto e intenso desenvolvimento vem ligado aos compromissos com interfaces do mundo esportivo, possibilitando sua locação em territórios da Educação Física, do Esporte, da Psicologia e das Humanidades. Muito da produção científica atual vem norteadas pelos olhares das ciências do esporte, com paradigmas delineados e amplamente conhecidos no mundo do esporte, mas já de domínio de outras áreas que se interessam ou especialidade que deve tratar de elementos da Psicologia e da Ciência do Esporte, com igual compromisso (MACHADO, 2009).

No entanto, ressalta-se a dificuldade de inserção de psicólogos em cenários esportivos, devido principalmente à resistência de treinadores e gestores, por desconhecimento da importância do seu trabalho contínuo. Desta forma, torna-se necessário o desenvolvimento de tecnologias inovadoras que contribuam para a melhoria do trabalho do psicólogo na psicologia do esporte, possibilitando a utilização mais facilitada das técnicas específicas para o melhor desempenho dos atletas, treinadores e árbitros.

### 3.2 Psicologia do esporte e a arbitragem no futebol profissional

Os árbitros são uma peça essencial no mundo dos esportes competitivos e, como parte do seu papel, têm como obrigação fazer valer o cumprimento das regras e, conseqüentemente, caso deixem de cumprir suas obrigações, podem influenciar no resultado dos jogos, prejudicar a natureza da competição e regulamentos e o fair-play no futebol (KORTE, 2012).

Os árbitros tiveram a sua função instituída no futebol no século XIX, mais precisamente no ano de 1868, (CBD, 1978). A atividade consiste em mediar às partidas juntamente com auxiliares. Estes profissionais são indispensáveis no desenvolvimento da prática do futebol amador e profissional em todo mundo. Para Boschilia, Vlastuin e Marchi (2008), os árbitros são figuras de grande importância no futebol, que podem muitas vezes decidir um jogo, porém, estes não estavam presentes nas primeiras regras desse esporte, muito menos as atribuições que atualmente cabem a eles.

Segundo Gutiérrez e Voser (2012), conforme

as regras atuais, para que uma partida seja conduzida com eficiência, deverão estar presentes no campo de jogo, no mínimo, três árbitros, isso porque um atuará como árbitro principal, aquele que apita a partida, e os outros dois atuarão como árbitros assistentes, podendo ainda existir um quarto árbitro denominado árbitro reserva. Ainda, em fase de testes, podendo ser inserida na regra há a possibilidade de haver mais dois árbitros auxiliares de gol, estes estão posicionados fora do campo de jogo bem próximos ao gol, com a função de ajudar o árbitro nas suas decisões.

Os mesmos autores afirmam que o avanço da tecnologia nas mídias televisivas acaba por confrontar com a capacidade humana do árbitro, uma vez que o mesmo não dispõe deste recurso em tempo real para auxiliar nas suas decisões, as quais devem ser tomadas em frações de segundos. Nos dias atuais, não são raras as partidas em que as situações do jogo são assistidas por mais de 20 ângulos diferentes, fazendo com que as decisões da equipe de arbitragem tenham uma interpretação desigual.

Porém, apesar da importância, Scheffler (2008) destaca que a referida atividade não tem regulamentação formal no Brasil, como também acontece em praticamente todos os países, mesmo onde se pratica o esporte com intensidade e alto profissionalismo. A recente legislação brasileira (Lei Zico e Lei Pelé, respaldadas pelos arts. 24, inciso IX e 217 da Constituição Federal) traz normas sobre a constituição de associações, recrutamento e formação de árbitros e sobre a inexistência de vínculo empregatício dos mesmos com as entidades desportivas diretas.

Em 2012, a câmara aprovou um projeto de lei criado pelo deputado André Figueiredo (PDT/CE) em 2001, que busca regulamentar a profissão de árbitro de futebol. Nos dias atuais, o projeto é discutido pelo senado e será votado para a necessidade ou não do projeto ser transformado em lei.

Góis (2012) ressalta que, uma vez transformado em lei, o projeto determina que regulamento próprio da categoria definirá requisitos exigidos para o exercício da profissão, bem como os termos para a concessão de habilitação de árbitro e auxiliar. A matéria também autoriza a aplicação de legislações como o Código Penal, o Código de Processo Penal e o Estatuto do Torcedor, nos casos em que o juiz cometer crime ou infração durante uma partida de futebol.

Com a aprovação do projeto, árbitros e auxiliares serão permitidos a fundarem entidades nacionais, estaduais e do Distrito Federal, voltadas ao recrutamento e formação de profissionais e à prestação de serviços às instituições que administram modalidades desportivas. No entanto, a categoria não terá qualquer vínculo empregatício, e continuarão a ser remunerados como autônomos. Assim, as entidades não terão de observar compromissos trabalhistas, previdenciárias ou securitárias.

Entende-se a profissão de árbitro de futebol como uma difícil e angustiante tarefa, pois, treinadores e jogadores tentarão jogo a jogo ludibriar a arbitragem em favor dos resultados positivos, recebendo cobranças de todas as partes envolvidas. Para Sanmartín (1995), a violação das regras do jogo é algo bastante comum em todos os esportes, em muitos casos as infrações precisam ser analisadas por especialistas jurídicos devido o potencial de lesões graves causadas no ambiente esportivo ou o não cumprimento das regras.

Segundo Ribeiro, Fernandes e Viana et al (2012, p. 576), “uma minoria dos árbitros chega a atuar no futebol profissional e que a maior parte inicia e encerra sua carreira em competições não profissionais. Assim, longe dos holofotes da mídia existe uma grande parcela de árbitros que convive com situações que têm forte influência sobre seus estados de humor, as quais podem ou não se assemelhar ao futebol profissional”.

De acordo com Silva, Rodriguez-Añez e Frómata (2002), o arbitro passou por muito tempo despercebido nos estudos no esporte, de maneira geral, as pesquisas no futebol se restringiam às regras, federações e jogadores. Corroborando com essa leitura, García e Betancort (2001), apesar da grande importância do trabalho de arbitragem, a pesquisa sobre a arbitragem de esportes e julgamento feito no campo da psicologia do esporte, têm sido francamente escassos. Os mesmos autores apontam para o árbitro como parte essencial e indispensável do esporte, pois sem a sua figura não seria possível o andamento das partidas.



De acordo com Pereira, Santos e Cillo (2007, p.2), a atuação dos árbitros em muitos esportes “é o ponto chave para o espetáculo, mas para que tenham boa atuação necessitam não só de preparo técnico, como também de boa preparação psicológica; uma realidade que muitos profissionais da Psicologia do Esporte ainda não se deram conta, o que justifica a escassez de material bibliográfico”. Ainda contribuem afirmando que em muitas áreas os árbitros são cobrados excessivamente e, apesar disso, eles devem ser precisos e objetivos, pois sua atuação pode definir o espetáculo esportivo. Para que o trabalho do árbitro se dê de forma imparcial e justa, existem alguns fatores que devem ser considerados como o estado emocional, que pode estar sendo influenciado pelo público, por treinadores ou ainda pelos jogadores.

As preparações física e técnica não são suficientes para o árbitro alcançar um desempenho satisfatório, pois, precisa ter algumas habilidades psicológicas, como a concentração, autoconfiança, a comunicação verbal e não verbal, o autocontrole emocional e o bom relacionamento com os demais árbitros em campo (GONZÁLEZ-OYA e DÍAZ, 2004).

Neste sentido, as contribuições da psicologia do esporte tanto em intervenções como em pesquisas para a arbitragem no futebol se fazem necessários. Os estudos limitados na área podem estar relacionado pela psicologia do esporte se tratar de um campo de atuação recente no Brasil, como afirma Machado (2006, p. 5):

A psicologia do esporte no Brasil trata-se de um campo de atuação bastante limitado, tendo em vista a pouca informação que se tem sobre a própria psicologia do esporte. Apesar de aumentar cada vez mais o grau de exigência humana em embates esportivos e na busca de recordes e limites esportivos, nem por isso o trabalho interdisciplinar das equipes que cuidam destas conquistas conta com um psicólogo do esporte. Trabalhar com realizações, decepções, minimizar efeitos negativos das torcidas, ressaltar aspectos positivos de uma liderança, delimitar os papéis dos elementos dos grupos para seus dirigentes, simplificar as cobranças dos pais, fãs e familiares dos atletas são atribuições que, aos poucos, vêm sendo assumidas pelo psicólogo do esporte, de uma forma assumida pela psicologia diante de um público específico em uma situação específica: o atleta ou o espectador e o momento esportivo.

Segundo Ferreira e Brandão (2012), são escassos os números de reforçadores positivos para os árbitros, e a possibilidade de terminar um evento esportivo sem cometer erros é mínima. Assim, arbitrar pode ser uma atividade desafiadora em muitos aspectos, mas ao mesmo tempo pode ser uma experiência frustrante e emocionalmente difícil. Conseqüentemente, os árbitros podem sofrer da síndrome de burnout, que eles desenvolvem,

em parte, devido aos relacionamentos sociais e aos sentimentos negativos advindos das críticas e expectativas dos outros, que resultam em estresse prolongado.

Costa et al. (2010, p. 4) destacam que,

O árbitro de futebol, na maioria das vezes, se encontra em estado de estresse e ameaça, já que sua função no esporte requer do mesmo uma interferência nas ações dos atletas realizadas durante a partida, objetivando aplicar as regras do esporte. Esta função de aplicar as regras e de decidir a favor ou contra uma equipe podem gerar situações de estresse e pressão em cima destes profissionais dentro e fora do campo.

Para que o trabalho do árbitro se dê de forma imparcial e justa, existem alguns fatores que devem ser considerados como o estado emocional, que pode estar sendo influenciado pelo público, por treinadores ou ainda pelos jogadores. A tarefa do árbitro resulta em levar a partida até o final com competência, procurando não perder nenhum lance, mesmo que sua atuação esteja submetida a uma forte pressão. Para lidar com estas situações o árbitro necessita de autocontrole e adequada autoconfiança, para conseguir a imparcialidade. (PEREIRA, SANTOS e CILLO, 2007).

Os transtornos emocionais têm se instalado em vários árbitros, levando ao quadro dramático de burnout e, como consequência, o abandono precoce da profissão (BECKER JR., 2008). Além disso, no caso do árbitro de futebol, devemos considerar as constantes dificuldades de relacionamento com atletas, treinadores, torcedores e dirigentes, sendo alvos de críticas em cada lance da partida.

Barros (1990) salienta que é uma situação difícil conduzir uma partida de futebol no Brasil, e que são muitos os fatores que contribuem para tal, destacando a falta de estrutura de vários campos de futebol, a falta de segurança, a conduta desonesta de alguns dirigentes, a falta de conhecimento das regras por atletas, a imprensa, técnicos e treinadores e o próprio despreparo de alguns árbitros. Dessa forma, os jogadores já entram em campo psicologicamente preparados/alertados contra determinados árbitros. Este fato, por si só, já dificulta a arbitragem da partida (SILVA, RODRIGUEZ-AÑEZ e FRÓMETA, 2002).

Diante do exposto, torna-se mais agravante o fato do árbitro ter que decidir pela interferência de uma situação no jogo ou não de forma imediata. Samulski e Silva (2009) afirmam que a tomada de decisão do árbitro pode vir a provocar um conflito, se não for aceita por uma das partes, assim, a decisão pode trazer consequências pela carga de pressão psicológica da situação e pelos interesses que possam ter para cada grupo.

Os mesmos autores explicam que a decisão tomada pelo árbitro pode gerar um protesto no caso de um grupo – ou parte dele – não concordar. Conflitos são elementos

constitutivos que podem ser desencadeados pela tomada de decisão dos árbitros nos jogos. Saber controlar essas situações pode ser o maior desafio enfrentado pelos árbitros, devendo este ter consciência dos resultados que suas ações podem gerar e basear suas decisões em observações claras, as quais não somente ele, detentor do conhecimento das regras, escolhido muitas vezes pelo seu nível de experiência para aquele jogo, possa perceber.

### 3.3 Motivação e a Teoria da Autodeterminação (TAD)

Até a fundamentação da Teoria de Autoderterminação (DECI e RYAN, 1985), o modelo de motivação regularmente empregado era composto pela motivação intrínseca e extrínseca. Contudo, os autores destacam que essa era uma leitura muito simplista do modelo; e que a motivação pode ser categorizada de uma forma global e considerando o *continuum* da forma mais autodeterminada para a menos determinada, em motivação intrínseca, extrínseca e amotivação.

Para Hagger e Chatzirantis (2007), a TAD pode ser descrita como uma dialética abordagem orgânica para o ser humano motivado. É composta por quatro mini-teorias, cada uma com princípios para explicar processos motivacionais a partir das necessidades psicológicas como as origens da motivação e cognição nos processos motivacionais em contextos e situações, e as condições ambientais que dão origem a esses processos. Conforme Garcia-Calvo et al (2011), esta teoria está baseada na premissa de que os indivíduos perseguem metas autodeterminadas para satisfazer suas necessidades psicológicas básicas e solucionar problemas, interagir socialmente e melhorar. Aroni (2011, p. 40) destaca que a “Autodeterminação é uma teoria macro da motivação humana, do desenvolvimento da personalidade e do bem-estar. A teoria centra-se especialmente sobre o comportamento autodeterminado e as condições sociais e culturais que a promovem”. Para entender a energia e a direção do comportamento motivado, a TAD demanda a requisição de algumas necessidades psicológicas básicas e inatas que movem os seres humanos (SALDANHA, 2008)

De acordo com Deci e Ryan (1985) as três necessidades psicológicas básicas são: 1) Autonomia, que é a oportunidade do indivíduo perceber-se como sendo o responsável pelos seus atos; 2) Competência, é a necessidade de desenvolver e realizar atividades de forma eficaz, sentir a mestria; 3) Relacionamento, necessidade do indivíduo ser aceite por outros, pertencer a um grupo, criar amigos e conviver. São estas necessidades que fundamentam a Teoria da Autodeterminação. Esses três aspectos são considerados como fonte para um relacionamento efetivo e saudável destes com o ambiente (WANG e BIDDLE, 2007; GAGNÉ e BLANCHARD, 2007). Quando atendida a necessidade psicológica e a percepção de uma sensação de bem-estar com um funcionamento eficaz do organismo tende-se ao interesse pelas atividades. (DECI e RYAN, 1985, 2000; RYAN e DECI, 2000a).

De acordo com Saldanha (2008, p. 15),

São consideradas ações autodeterminadas como essencialmente voluntárias e endossadas pessoalmente e as ações controladas como resultado de pressões decorrentes de forças interpessoais ou intrapsíquicas. No primeiro caso, a regulação do comportamento é escolhida pela pessoa, já no segundo caso, o processo de regulação pode ou não ser aprovado.

Em geral, há três tipos principais de processos motivacionais: motivação intrínseca, motivação extrínseca e amotivação. Na motivação intrínseca, os comportamentos são estabelecidos fora da diversão, prazer e satisfação. A motivação extrínseca é originária de uma troca para ganhar algo separável do comportamento, por exemplo, uma demanda externa para evitar uma sensação ruim - um benefício. A amotivação fundamenta-se em um estado de falta de intenção de agir e se manifesta quer por meio do não agir em tudo ou atravessando os movimentos com nenhuma intenção de fazer o que se faz (RYAN e DECI, 2002). Dentro deste *continuum* apontado por Deci e Ryan (1985), o indivíduo pode passar seu estado de amotivado (falta de um propósito para agir; sem o sentimento de competência para agir; não acredita que sua ação resultará num resultado desejável;) a motivado extrinsecamente ou intrinsecamente (SALDANHA, 2008).

Para Vallerand (2007) é fundamental compreender o funcionamento e os reflexos no comportamento dos estilos regulatórios e distingui-los. O autor aponta, ainda, a importância de identificar as diferenças entre os tipos, a partir da capacidade de explicar uma considerável gama de comportamentos humanos; a representação dos aspectos essenciais da experiência humana e a variedade de consequências que gera.

Desta forma, podemos expor as definições entre os tipos de motivação.

### 3.3.1 Motivação Intrínseca

A motivação intrínseca apoia-se na busca de satisfação, do prazer e do envolvimento por meio de participação voluntária sem a busca por recompensa ou pressões externas (VALLERAND, DECI e RYAN, 1987; PELLETIER et al, 1995). Diversos autores destacam que a motivação intrínseca tem caráter unicamente auto-determinável (RYAN e DECI, 2000b; DECI e VANSTEENKISTE, 2004; VALLERAND, 2007; BRICKELL e CHATZISARANTIS, 2007). Estes autores ainda asseguram que a motivação intrínseca é sustentada pelo contexto em que se desenvolvem os sentimentos de competência, autonomia e relacionamento e, portanto, tem um efeito primordial sobre os processos de aprendizagem e, conseqüentemente, é crítico para o desenvolvimento das habilidades cognitivas, sociais e físicas.

A motivação intrínseca pode se manifestar de três formas, segundo Vallerand e Bissonette (1992): *motivação intrínseca para o conhecimento* – que pode ser sintetizada pela curiosidade e necessidade de conhecer (DECI e RYAN, 1985); *motivação intrínseca para o aperfeiçoamento* – orientação para uma tarefa (PELLETIER et al, 1995), e; *motivação intrínseca para viver situações estimulantes* – sente prazer ao realizar a tarefa, diverte-se com o que pratica (STANDAGE, TREASURE, DUDA e PRUZAK, 2003). Sendo que a motivação intrínseca pode ser despertada ao término da atividade ou no interesse que a atividade desperta (RYAN e DECI, 2000b)

### 3.3.2 Motivação Extrínseca

A diferença entre a motivação intrínseca e a extrínseca está no fato de que enquanto a intrínseca está baseada no prazer do indivíduo em realizar uma tarefa, na motivação extrínseca é sustentada por uma atividade a fim de realizar um resultado esperado (RYAN e DECI, 2000c; VALLERAND, 2007; BRICKELL e CHATZISARANTIS, 2007). Para Pelletier et al (1995) a motivação extrínseca é um conjunto de comportamentos que são realizados com propósitos diferentes do divertimento e prazer para a prática da atividade.

Muitas pessoas não se sentem motivadas intrinsecamente para a realização de tarefas e/ou para assumir novas responsabilidades (SALDANHA 2008). De acordo com Conroy, Elliot e Coatsworth a motivação extrínseca tem um certo grau de autonomia e envolve uma regulação externa, podendo ser tanto autodeterminável quanto não autodeterminável.

Ryan e Deci (2000c) classificam a ME em quatro categorias: regulação externa, introjeção, identificação e integração.

Regulação Externa – é considerada a mais básica de motivação extrínseca (DECI e RYAN, 1985) e a mais próxima da amotivação (menos autodeterminada), consiste na imposição de contingências externas por parte de outras pessoas. A recompensa pode ser pelo reconhecimento da pessoa que impõe a demanda (ex. treinador) ou pela recompensa externa (dinheiro, prêmios, troféus, etc).

Regulação Introjetada – é decorrente de pressões internas que reforçam o desencadeamento da motivação externa. A introjeção vem da ansiedade, culpa, tensão (PELLETIER et al. 1995) ou pelo desejo de obter reconhecimento social (NTOUMANIS, 2001). De acordo com Saldanha (2008), esta pressão é feita por terceiros, e gera uma reação na ordem de evitar a culpa ou, ansiedade ou, até mesmo, para realçar o ego ou o orgulho (tipo interno de regulação).

Regulação Identificada – é quando um comportamento é motivado pelos resultados ou benefícios de participar da atividade. De acordo com Saldanha (2008, p. 21), “é identificada pela importância pessoal que um indivíduo atribui a um comportamento esperado por terceiros”.

Regulação Integrada – é a forma mais autônoma de motivação extrínseca, pois possibilita ao indivíduo a escolha, e tem por objetivo a realização de objetivos pessoais. É o processo em que as pessoas consideram a motivação externa importante (SALDANHA, 2008). Deci e Ryan (1985) referem que, apesar deste tipo de motivação extrínseca representar uma forma integrada e autodeterminada, considera-se ser um comportamento motivado extrinsecamente, na medida em que é realizado com vista à concretização de objetivos pessoais e não pelo próprio prazer advindo do envolvimento nessa atividade.

### **3.3.3 Amotivação**

A amotivação é entendida como um estilo regulatório. É caracterizada “pelo fato de que os indivíduos não se sentem competentes para realizar determinada tarefa, ou não acreditam que a tarefa venha a trazer algum benefício” (SALDANHA, 2008, p. 22). Assim pode não haver interesse na atividade, ou acreditarem não ser ela importante para o indivíduo, não identificando qualquer bom motivo para realizá-la, está além da motivação intrínseca ou extrínseca, pois trata da ausência de motivação. (DECI e RYAN, 1985).

A figura 1 trata da taxonomia da Teoria da Autodeterminação. É possível verifica como a TAD pode ser caracterizada como um *continuum* com um diapasão em que a motivação flutua da forma mais autodeterminada para a menos autodeterminada e vice-versa. Isto porque a pessoa pode estar extrinsecamente motivada, mas mesmo assim possuir comportamentos autodeterminados, assimilando a importância de certos valores (SALDANHA, 2008).

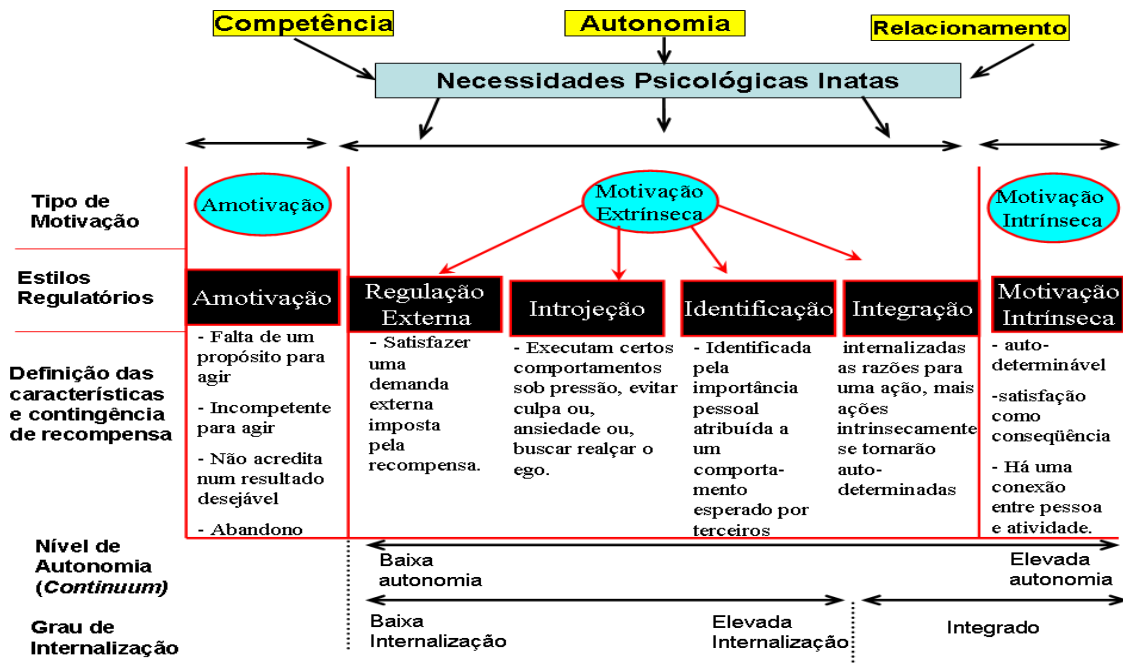


Figura 1. Taxonomia da motivação humana. (SALDANHA, 2008)



### 3.4 Psicologia do esporte, o estresse e a arbitragem no futebol

Antes de iniciar uma discussão sobre estresse no ambiente esportivo, é prudente definir três conceitos que “caminham” bem próximos na psicologia do esporte: ativação, ansiedade e estresse.

Weinberg e Gould (2001) ressaltam que muitos psicólogos do esporte e do exercício consideram muito importantes diferenciá-los, a fim de ter uma linguagem comum, reduzir confusões e a necessidade de longas explicações. Gould, Greenleaf e Krane (2001) definiram ativação como uma preparação fisiológica e psicológica geral, variando em um continuum de sono profundo a uma intensa agitação.

Ansiedade é um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão, associado com ativação ou agitação do corpo (WEINBERG e GOULD, 2001).

A ansiedade tem um componente de pensamento chamado de ansiedade cognitiva, que é a preocupação e apreensão. Outro componente é a ansiedade somática, que é o grau de ativação física percebida. Além destes dois componentes, outra importante diferença está entre a ansiedade-estado e ansiedade-traço.

Spielberger (1966) define ansiedade-estado como um estado emocional temporário, em constante variação, com sentimentos de apreensão e tensão conscientemente percebidos, associados com a ativação do sistema nervoso autônomo. Este mesmo autor explica que ansiedade-traço é uma tendência comportamental de perceber como ameaçadoras circunstâncias que objetivamente não são perigosas, e de responder a elas com ansiedade-estado desproporcional. Mas como diferenciar ativação, ansiedade-estado ou ansiedade-traço? Psicólogos esportivos podem diferenciar estes estados emocionais por meio de alterações fisiológicas (frequência cardíaca, respiratória, alterações bioquímicas) ou escalas numéricas chamadas de auto relato.

Já o estresse é definido por Mcgrath (1970) como um desequilíbrio substancial entre demanda (física ou psicológica) e capacidade de resposta, sob condições em que a falha em satisfazer aquela demanda tem importantes consequências. O mesmo autor sugere que é composto por quatro estágios inter-relacionados: o primeiro estágio consiste de situações ou demandas ambientais (física ou psicológica), o segundo estágio refere-se à percepção individual das demandas ambientais (“ameaça” física ou psicológica percebida), o terceiro estágio corresponde à resposta do indivíduo ao estresse (ativação, ansiedade-estado, tensão

muscular e alterações de atenção), o quarto e último compreende as consequências comportamentais (desempenho ou resultado). Weinberg e Gould (2001) afirmam que há milhares de fontes específicas de estresse, neste trabalho vamos focar nas fontes relacionadas à competição.

Segundo De Rose Jr. (1997, p 21), qualquer nível de competição apresenta quatro aspectos que são evidenciados a todo o momento:

**Confronto:** entre dois ou mais indivíduos ou equipes. Não há competição sem confronto. Ele pode ser pessoal (quando o atleta busca a superação de uma marca, independentemente dos adversários); pode ser com um adversário na forma de contato direto (lutas e a maioria dos esportes coletivos) e indireto (como na maioria dos esportes individuais: ginástica olímpica, GRD, natação, atletismo, e tênis e, em alguns esportes coletivos, como o voleibol).

**Demonstração:** das capacidades e habilidades aprendidas e desenvolvidas durante todo o processo de treinamento e ao longo da carreira do atleta. É o momento no qual o atleta exhibe suas condições e o quanto ele está preparado, ou não, para enfrentar todas as demandas do processo competitivo.

**Comparação:** em função de um padrão autodeterminado ou definido externamente. Quando se compete, sempre há uma comparação com algum padrão, seja ele individual, ou estabelecido socialmente, desde que haja pessoas presentes para constatar o desempenho.

**Avaliação:** com base nos padrões e no julgamento o desempenho do atleta é avaliado pelas pessoas presentes no evento. Esta avaliação, no entanto, nem sempre é feita por pessoas preparadas e que podem emitir um julgamento com base científica e técnica. Na maioria das vezes, a avaliação não segue critérios lógicos e pode ser feita de forma aleatória, levando a sérios erros de julgamento. Esta avaliação pode ser quantitativa (quando se privilegia o resultado) ou qualitativa (quando se avalia o processo ou a qualidade do movimento ou da ação realizada), ela também pode depender do tipo de esporte.

Considerar estes quatro aspectos é esperar que o homem que se envolve em competições, está constantemente exposto a opiniões, observações e julgamentos, podendo criar expectativas, objetivos e pressões inadequadas para seu desenvolvimento como um

atleta. Smith (1986) afirma que, no entanto, a competição não representa necessariamente uma fonte de estresse para o atleta, tudo dependerá da avaliação que ele fará da grande quantidade de situações provocadas pelo processo competitivo, especialmente por aquelas que surgem no momento do jogo ou prova, e dos recursos para lidar com elas. Seggar, Pedersen, Hawkes e McGawn (1997) também afirmam que a quantidade de estresse vivenciada pelo atleta parece estar relacionada com o resultado da interpretação que ele dá a situação, e de sua capacidade de lidar com ela.

Neste contexto, De Rose Jr (1999) ao identificar situações causadoras de estresse em atletas de alto nível e relacionar essas situações a fatores gerais de estresse, chamou-os de fatores competitivos individuais e fatores competitivos situacionais. Entre os fatores competitivos individuais pode-se destacar a personalidade dos atletas, os atributos pessoais, pressões internas, expectativas e objetivos, entre os fatores competitivos situacionais destacou as situações específicas de cada esporte, a preparação da equipe (volume, intensidade e qualidade do treinamento), pessoas participantes no processo (como o técnico, árbitros, adversários e companheiros), condições de equipamento e materiais de treino e jogo, aspectos organizacionais da competição, infraestrutura da equipe, patrocinadores, e outros. Em outro estudo, De Rose Jr, Deschamps e Korsakas (2001) afirmam ainda que não se pode ignorar a ação dos fatores extracompetitivos e que fazem parte do cotidiano dos atletas, esses aspectos podem interferir de forma significativa nos seus rendimentos, principalmente quando há questões familiares envolvidas e também problemas de cunho social.

Levando-se em conta a ligação de estresse, processos adaptativos e interação do organismo com ambiente, o estresse pode ser compreendido como conceito de relação, o qual descreve determinados problemas e processos de adaptação entre um sistema e seu meio ambiente. O estresse se apresenta em um desequilíbrio entre a condição da ação individual e a condição situacional; discrepâncias entre capacidades e exigências ou entre necessidades e possibilidades de satisfação. Nesta perspectiva o nível de estresse vai depender do grau de importância pessoal do respectivo desequilíbrio (PEREIRA, SANTOS E CILLO, 2007, p. 3).

Caracterizado como um desequilíbrio entre uma demanda (física ou psicológica) e a resposta sobre esta demanda, o estresse é o responsável por ocasionar consequências nem sempre positivas, ainda mais no contexto esportivo. Alguns eventos significativos como mudanças de equipe, uma competição importante, problemas no relacionamento ou um período crítico de treinamento causam estresse afetando a saúde física e mental do atleta (WEINBERG E GOULD, 2001).

Segundo Pestillo (2012), o estresse faz parte do esporte, e o esporte competitivo é gerador deste. Isso ocorre pela exigência a que são submetidos os atletas, de um desempenho próximo do ideal. Vide as pressões sofridas de diversas formas, como a duração das partidas ou competições, a cobrança da torcida, os resultados, viagens, a expectativa pelo não fracasso advinda de técnicos e companheiros de equipe. Enfim, o rendimento do atleta apresenta uma relação direta com a capacidade de superar as situações adversas, geradoras de estresse.

O mesmo autor afirma que independente da idade, ou modalidade esportiva, o estresse está presente. Todos os aspectos que influenciam direta ou indiretamente no resultado, pressão interna (expectativas) ou externa (técnicos, torcida, companheiros), levam a sentimentos que podem atrapalhar no rendimento dos envolvidos no contexto esportivo. É comum observar oscilações de desempenho com consequência do estresse.

Para Machado (2012a), esses atritos podem provocar alterações emocionais nos atleta, gerando problemas na prática da atividade física e esportiva, bem como no relacionamento com a arbitragem e a família, ou mesmo diante de um resultado adverso ou fácil demais. Neste sentido, considera-se a figura do profissional de educação física muito importante, pois é ele que, durante a fase de desenvolvimento do atleta (seja ela qual for o estágio) estará atuando e ensinando a manejar tais situações, numa situação privilegiada: este profissional será o responsável pela geração de novas opiniões e novas formas de ações, que possam vir a ser copiadas.

Por ser considerada uma atividade de muita responsabilidade, a atividade de árbitro está entre as profissões mais estressantes, além de que, não só tomar as decisões corretas no jogo, como também ser necessário manter-se em forma para acompanhar cada lance de forma próxima, facilitando o processo de escolha e de atitude no momento exato, como afirma Silva, Santos e Brito (2008, p. 77):

Por muito tempo o árbitro de futebol foi considerado figura secundária na partida, mas com o passar dos anos ficou evidenciado que ele é a pessoa que realmente pode comprometer o resultado de uma partida de futebol. Para tomar uma decisão correta, um dos fatores mais importantes é estar bem fisicamente. Isso permite ao árbitro estar o mais próximo possível das jogadas e impede ou diminui a concentração de fatores causadores do cansaço físico, que possivelmente afetariam seu raciocínio durante a tomada de decisão, que, na arbitragem deve ser feita em frações de segundos e sem o recurso de “*replay*”.

Segundo Weinberg e Gould (2001), o estresse pode ser definido como um processo que ocorre quando o indivíduo percebe um desequilíbrio entre alguma demanda física ou

psicológica e seus recursos para encarar a demanda em uma atividade considerada importante. Para este mesmo autor, o estresse não é apenas um estímulo ou uma resposta, mas sim o processo pelo qual avaliamos e lidamos com as situações e desafios do ambiente. Porém, muitas vezes o estresse pode ser um importante aliado do atleta, ajudando-o a prepará-lo para transpor barreiras mais difíceis de serem quebradas, dando a ele recursos fisiológicos e psicológicos, pensando assim podemos dizer que o estresse é um forte aliado no aumento do nível de ativação do atleta.

Para Samulski, Noce e Chagas (2009) o estresse é produto da interação do homem com o seu ambiente físico e sociocultural. Sendo que existem fatores pessoais (processos psíquicos e somáticos) e ambientais (ambiente físico e social) que interagem no processo de surgimento e gerenciamento do estresse. Portanto, em certa medida, o estresse faz parte da vida para a manutenção e o aperfeiçoamento da capacidade funcional, autoproteção e conhecimento dos próprios limites.

Machado (1997) afirma que o estresse se manifesta como uma síndrome específica composta por todas as variações não específicas provocada dentro de um sistema biológico. O próprio autor relata ainda que existe uma concepção de que estresse que é um fenômeno negativo, que sempre está relacionado com perigos e prejuízos. Entretanto, o estresse é necessário a vida para manutenção e aperfeiçoamento das capacidades funcionais, como a autoproteção e o conhecimento dos seus próprios limites.

Segundo Blasco (1999), o estresse ocupacional pode ser o ponto de partida para os estudos e melhor conhecimento da psicologia da arbitragem, pois pode revelar situações de intervenção para melhorar as capacidades e desempenho de árbitros e ajudá-los a desenvolver estratégias que aumentam a motivação, o qual, por sua vez, resulta em uma melhor predisposição para o desenvolvimento do trabalho de arbitragem, ultrapassar os problemas, a otimização da preparação, etc.

Pensando nesta preparação, podemos considerar a atividade do árbitro como de estresse elevado, podendo ocasionar transtornos mentais, comportamentais e psicológicos. Becker (2008), afirma que os transtornos emocionais que se instalam em vários árbitros têm levado ao quadro dramático de *burnout*, o abandono precoce da profissão.

O mesmo autor considera que as pressões sob o árbitro não ocorrem somente durante os jogos, mas também antes e depois dos mesmos. Elas são de modo geral visíveis por parte dos desportistas. Outras vezes elas iniciam com antecedência, semanas antes, quando o clube e torcedores percebem qual o árbitro com a possibilidade de ser escalado para dirigir uma competição importante.

Para Scheffler (2008), as atividades dos árbitros ficam cada vez mais complexas e difíceis, já que eles têm de administrar e dirigir os acontecimentos dentro do campo e extracampo, que envolvem não só jogadores, mas dirigentes, jornalistas, torcedores e outros personagens ativos no futebol. Muitos apaixonados pelos seus times, por vezes possessos e de “ações instintivas”, que lembram o lado mais animal do ser humano, geram a violência que hoje ronda o futebol.

Segundo Samulski e Silva (2009), os árbitros, no exercício de sua função, têm uma tarefa semanal que consiste em receber sua escala. Cada federação tem uma forma específica para a entrega da escala. Em todas as escalas observam-se o dia, o horário, o local do jogo e os companheiros e parceiros com quem o árbitro vai atuar. No momento em que se toma consciência de sua escala, começam então seus direitos, deveres, funções e também todo o seu poder discricionário, o qual não tem restrições, é arbitrário, caprichoso e ilimitado. Os mesmos autores afirmam que toda a carga psíquica da função de um árbitro começa a ser percebida antes mesmo de receber a sua escala, e nem sempre termina com o apito final da partida. Essa carga apresenta componentes psicofísicos e sociais que alteram e transformam a capacidade de interação e adaptação do árbitro com seu ambiente familiar e social (capacidade socioambiental). O meio ambiente muitas vezes é formado por pessoas vinculadas ao próprio esporte, pois os árbitros podem ter sido atletas da mesma modalidade.

### **3.5 A internet e as redes sociais como ferramentas de pesquisas acadêmicas**

A internet trouxe uma melhoria significativa na forma de investigar, adoção de novas tecnologias, como o uso de ferramentas de pesquisa *on-line*, que revolucionaram as velhas formas de coleta de dados para o ponto em que eles estão se tornando obsoletos (ALARCO e ÁLVAREZ-ANDRADE, 2012).

A importância significativa da internet muda o contexto social que vivemos, sendo necessárias várias adaptações de acordo com a necessidade e velocidade que se exige, no mercado que se explora, na pesquisa que se inicia, articulados pelo uso das tecnologias ciber.

As inovações tecnológicas, em especial o advento da internet, causou modificações na vida moderna (senão na hipermoderna) em todos os aspectos: as comunicações, as impressões, as interlocuções, a percepção da distancia e do tempo para o individuo e para a sociedade a que pertence e com que tem contato, ainda que distante. Tais alterações passam a originar um deslocamento dos indivíduos, tirando-os das suas tradições e das relações locais, num processo informatizador e, diante da perspectiva foucaultiana soa como um dispositivo de poder para gerir as populações a

determinados comportamentos, quer sejam: vale tudo para todos (MACHADO, 2012, p. 101).

A literatura aponta algumas vantagens do uso da internet em pesquisas como: a interação de pessoas distantes geograficamente que antes era considerado um entrave, coleta de dados mais rápido, menos dispendioso, possibilitando atingir maior número de participantes, facilita o acesso de questões sensíveis e de populações ocultas, aumenta a precisão da entrada e análise de dados, já que são colocados automaticamente no banco. Para os participantes, a literatura aponta que as vantagens consideradas são o maior favorecimento do anonimato e a possibilidade de fornecer as informações no seu próprio ritmo (ABREU, BALDANZA e GONDIM, 2009).

O *Google™ Docs* usa de forma segura a tecnologia da web, garantindo sua produtividade no escritório, em viagens, em casa e no celular, mesmo que você esteja off-line. O *Google™ Docs* funciona no navegador de PCs, Macs e computadores Linux™ e oferece suporte a formatos populares como .doc, .xls, .ppt e .pdf. Os arquivos armazenados no *Google™ Docs* estão sempre acessíveis e têm backup *on-line*. Os administradores podem gerenciar permissões de compartilhamento de arquivos no sistema e os proprietários de documento podem compartilhar e revogar o acesso a qualquer momento. (GOOGLE, 2013).

É possível acessar os dados coletados de uma pesquisa através de outra ferramenta do *Google™ Docs*, criando uma planilha seja no Microsoft® Excel ou pelo BrOffice Calc, trazendo informações como a data e horário das respostas. Para Oliveira (2012), essa ferramenta traz dentre as mais comuns opções, de apenas visualizar as perguntas com suas respectivas respostas a opção de tabulação automática, que é de uso indispensável para tratar os dados.

Com as grandes proporções de divulgação que as redes sociais atingiram nos dias atuais, torna-se um mecanismo eficaz a ser utilizado na busca de expandir o questionário para o público alvo pesquisado, quebrando barreiras geográficas, dando oportunidades de se obter amostras mais significativas.

Redes sociais são, antes de tudo, relações entre pessoas, estejam elas interagindo em causa própria, em defesa de outrem ou em nome de uma organização, mediadas ou não por sistemas informatizados; são métodos de interação que sempre visam algum tipo de mudança concreta na vida das pessoas, no coletivo e/ou nas organizações participantes. As interações de indivíduos em suas relações cotidianas – familiares, comunitárias, em círculos de amigos, trabalho, estudo, militância etc – caracterizam as redes sociais informais, que surgem espontaneamente, sob as demandas das subjetividades, das necessidades e das identidades. Mas redes sociais

também podem ser constituídas de forma intencional, ou seja, podem ser fomentadas por indivíduos ou grupos com poder de liderança, que articulam pessoas em torno de interesses, projetos e/ou objetivos comuns. Os participantes deste tipo de rede podem se articular tanto como indivíduos quanto como atores sociais – neste caso representando (ou atuando em nome de) associações, movimentos, comunidades, empresas etc. Redes sociais plurais (ou multimodais) são formadas por indivíduos e atores sociais; redes organizacionais ou interorganizacionais são aquelas em que os participantes atuam apenas institucionalmente (AGUIAR, 2007, p. 2).

De acordo com Santos (2006), cada lugar é, ao mesmo tempo, objeto de uma razão global e de uma razão local, convivendo dialeticamente. Desta forma podemos ressaltar que os diferentes espaços sociais formam “ilhas de cultura” que juntas se perpetuam e formam novos espaços culturais, que se desenvolvem paralelamente. Em nossa sociedade contemporânea é marcada pelos conflitos sociais, estes que se dão quando um grupo cultural vem expor seu conteúdo mediante outro grupo. Nas redes sociais este conflito acaba se tornando maior, pois não existe uma fronteira que venha associada a uma questão de espaço e territorialidade. São diversas as formas de conversação que são impostas pelo mundo virtual, as associações entre indivíduos são expressas por um contato direto, o que causa uma intervenção no cotidiano de uma pessoa. De fato podemos ressaltar que as pessoas que fazem de seu personagem um símbolo são as que mais sofrem esta intervenção direta marcada pelas redes sociais.

Relevando as interações sociais temos os aspectos dos computadores que hoje são vistos como espaços de conversação denominados então a comunicação mediada pelo computador - CMC. Isso quer dizer que os computadores foram apropriados como ferramentas sociais e que esse sentido, em muitos aspectos, é fundamental para compreensão da sociabilidade na contemporaneidade (RECUERO, 2012).

De acordo com Silva (2007), em uma sociedade de informação na qual vivemos, as informações são colocadas em nossas vidas com grande rapidez possibilitando o recebimento de cada vez mais informações sendo difícil ficar fora deste mundo, isto se dá pelo fato de que os meios de informação são cada vez mais abundantes em que todos difundem informação. Assim, compreende-se que estamos imersos a estas novas formas de interação, recepção de informações e meios de comunicação; onde não nos cabe refletir sobre como isto se dá, mas sim buscar compreender suas influências em nossas vidas.

Para Rocco Júnior (2005),

as redes comunicacionais, condicionadas pelos intensos desenvolvimentos técnico e tecnológico presentes na segunda metade do século passado e



início desse, são fenômenos de extrema importância no que se refere às transformações ocorridas nas sociedades contemporâneas. Em menos de meio século, elas contribuíram, entre outras coisas, grandemente na remodelagem das culturas, na terceirização da economia e na rearticulação política.

Nos dias atuais, as pesquisas online ganharam força e são realizadas por muitos acadêmicos. Aos poucos as investigações deixaram de ser estudadas apenas em quatro paredes e pessoalmente, sendo acrescentadas as coletas de dados a partir da internet que, pode alcançar várias partes do mundo, sem o problema das limitações geográficas, sendo possível a coleta de dados através das planilhas criadas nos próprios programas.

A coleta de dados através do estudo das redes sociais é geralmente associada com um sistema de entrevistas ou questionários, com a posterior análise dos dados em sociomatrizes (planilhas onde se representa as relações entre as amostras) e sociogramas (formas de representar uma rede social de forma gráfica e de apresentar os dados observados). (...) A coleta de dados depende da janela de análise que se pretende fazer e cabe ao pesquisador selecionar o momento e as variáveis que serão analisadas, que devem ser selecionados de acordo com a problemática que será focada pelo pesquisador. Embora de um modo geral análises quantitativas sejam mais comuns, análises qualitativas também acontecem (FRAGOSO, RECUERO E AMARAL, 2011, p. 120).

As redes sociais são consideradas comunidades *on line* e tornaram-se fundamentais para análise de uma nova forma de se fazer e estudar sociedade. Segundo Lemos e Lévy (2010), os grupos de discussão, listas de difusão, *new groups*, *chat rooms*, mundos virtuais multiparticipantes (*Second Life*®), *softwares* sociais (Orkut®, Facebook®), *blogs* e *microblogs*, jogos eletrônicos coletivos, redes sociais móveis (*mobile social networking*) têm um desenvolvimento espetacular, particularmente entre as jovens gerações. Os mesmos autores informam que as comunidades virtuais começaram a se desenvolver há mais de vinte anos antes da aparição da *web*. Nos dias atuais, elas constituem o fundamento social do ciberespaço e uma das chaves para a futura ciberdemocracia.

Embora tenhamos a internet como aliada e como uma ferramenta importante nos centros de pesquisa e como colaboradora nos estudos e ampliação destes, é necessário o cuidado diante da pesquisa e do acesso às informações, pois, nem todo conteúdo disponível tem relevância científica e nem seguem os aspectos éticos necessários para as publicações. Com isso, segundo Gomes e Dalberio (2010, p. 7), “cabe ao pesquisador conhecer o autor do documento fonte de pesquisa que está sendo consultado via web e verificar se este pode ser considerado autoridade no tema. Além disso, deve-se averiguar se a fonte de informação está vinculada a uma instituição que se responsabiliza pela confiabilidade científica dos dados

divulgados via web”.

#### **4. OBJETIVOS**

- Avaliar os aspectos relacionados a escolha do “ser” árbitro de futebol;
- Motivações para permanência da atividade, sob o olhar da psicologia do esporte;
- Utilizar ferramentas tecnológicas como geradores de pesquisa, otimizando o tempo da coleta de dados;
- Investigar o estresse ocupacional da atividade;
- Investigar o interesse pelo abandono da carreira de árbitro de futebol.

#### **5. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Apresento, neste capítulo, os caminhos percorridos na construção deste trabalho, bem como, a metodologia escolhida para análise dos dados, visando este procedimento como adequado para a pesquisa em questão.

##### **5.1 Tipo de pesquisa**

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, exploratória e descritiva.

##### **5.2 Local da pesquisa e coleta de dados**

O presente estudo contou com duas técnicas, uma exploratória, que teve como objetivo identificar as características gerais dos árbitros participantes da pesquisa, como idade, escolaridade, região demográfica, tempo de exercício da arbitragem e o exercício ou não de outra atividade profissional. E a segunda técnica foi a análise de conteúdo das respostas para analisar as questões de motivação para escolher ser árbitro, bem como as

razões para permanência na profissão. Todas as etapas foram desenvolvidas por meio da coleta de dados *online*.

A pesquisa foi divulgada nos grupos e *fan pages* de árbitros de futebol profissional na rede social *facebook*® por um período de três meses (maio a julho de 2013) consecutivos. Para coleta de dados foi utilizado um questionário *on line* adaptado de Gomes (2006) (Apêndice 1). O questionário foi estruturado com perguntas objetivas e subjetivas, dividido em três partes focando, no primeiro momento, questões objetivas acerca da caracterização geral dos árbitros, um segundo momento, questões subjetivas, sobre os motivos para a escolha de ser árbitro e quais fatores o mantém na prática, e um terceiro momento, enfatizando as questões de estresse profissional e satisfação ou não em exercer a função de árbitro.

O *link* do questionário *on line* foi gerado por meio da ferramenta de criação de formulários do *Google*™ *Docs*. O uso *on line* deste instrumento favoreceu o anonimato dos participantes, fator que garantiu total desconhecimento da origem do questionário recebido no arquivo automático do *Google*™ *Docs*. Os árbitros só responderam as perguntas quando concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice 2), apresentado no início do questionário.

Os dados provenientes das respostas obtidas foram coletados e tabulados utilizando o *software* Excel. Os sujeitos da pesquisa foram constituídos por 37 árbitros de futebol profissional, do gênero masculino, com idades entre 21 a 43 anos, com média de 22,27 anos.

### **5.3 Análise dos Dados**

Após a coleta dos dados, esses foram submetidos à análise de conteúdo. A análise de conteúdo utilizada nesse explorou as ideias dos registros dos participantes, por meio das etapas básicas da técnica: estabelecimento de unidades de análise, determinação das categorias de análise e quantificação (BARDIN, 2009). O processo de análise de conteúdo iniciou-se após o período de realização da coleta de dados.

As respostas dos participantes foram organizadas em uma planilha. Em seguida, foi realizada a determinação das categorias de análise de cada resposta destacada, de maneira a conter a ideia principal do árbitro. Nessa etapa, foram realizadas leituras flutuantes para se compreender o todo do material de análise e atender aos objetivos da pesquisa.

Nesta pesquisa foi realizada a quantificação dentro das análises de conteúdo. Assim, foi realizada uma quantificação por meio da ocorrência, pois, de acordo com a literatura, a

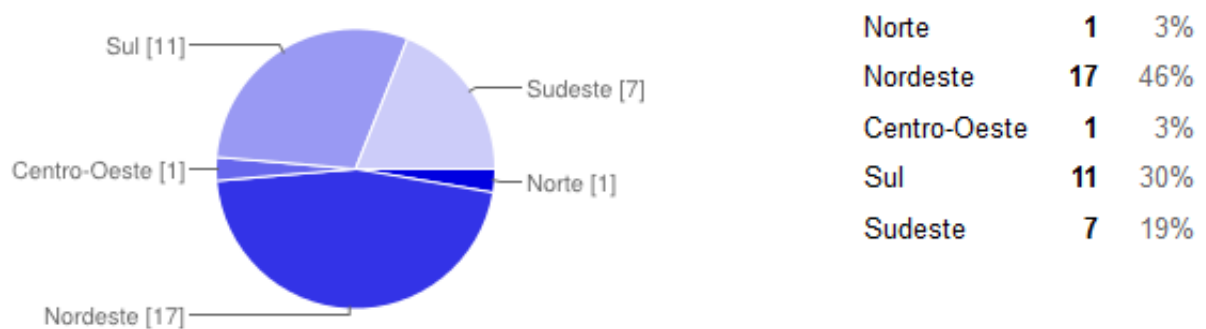
maior frequência de ocorrência indicaria maior interesse do participante por aquele objeto (BARDIN, 2009).

Após a análise do conteúdo das categorias resultantes, os resultados foram expressos em citações integradas ao texto, como também em forma de tabelas. A análise foi realizada por meio da inferência dos dados, fundamentada na presença ou ausência dos temas que constituíam as categorias. Esse procedimento metodológico é fundamentado na conceituação de Bardin (2009) para análise de conteúdo enquanto método, tornando-se um conjunto de técnicas de análise das comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens.

## 6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 6.1. Caracterização dos sujeitos da pesquisa

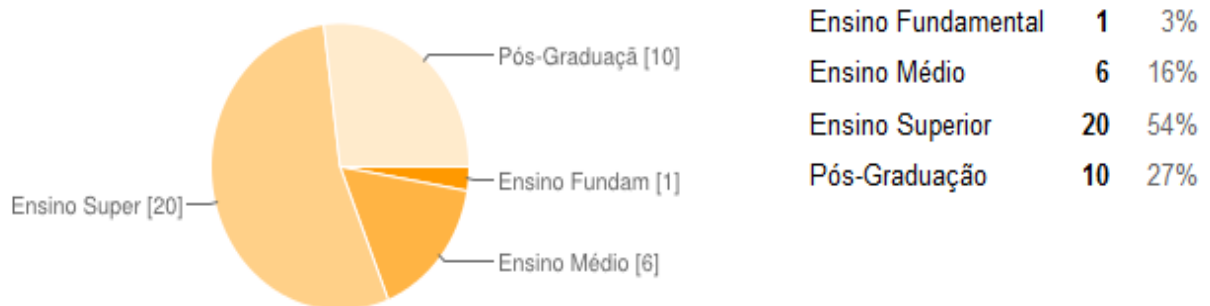
Quanto à distribuição demográfica observou-se que foram alcançados árbitros provenientes de todas as regiões do Brasil. Por ocasião de voluntariado, a região com maior incidência de respostas foi a Nordeste, seguida pela região Sul, onde ambas obtiveram destaques na amostra final, como apresentado na figura 2.



**Figura 2.** Distribuição percentual quanto à região demográfica de atuação dos árbitros de futebol profissional participantes da pesquisa.

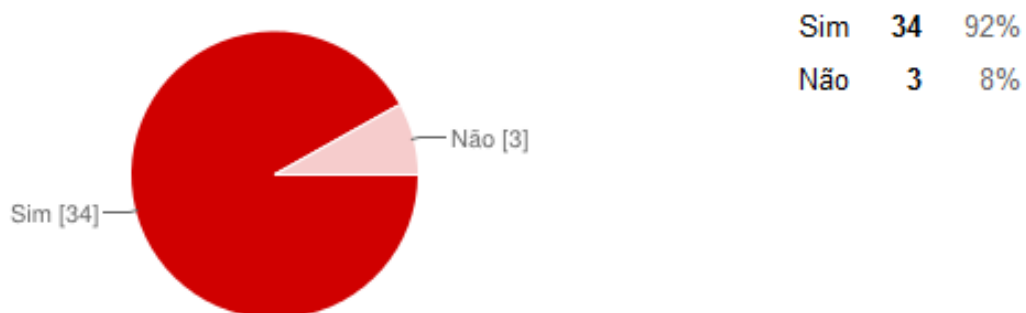
No que concerne à escolaridade, é importante enfatizar que a maioria dos árbitros apresentou formação em nível superior e pós-graduação (figura 3), esse dado pode reforçar a análise de uma possível melhora da qualificação profissional daqueles que ingressam na

carreira de árbitro, valorizando ainda mais a profissão e conquistando maior respeito da sociedade e dos torcedores.



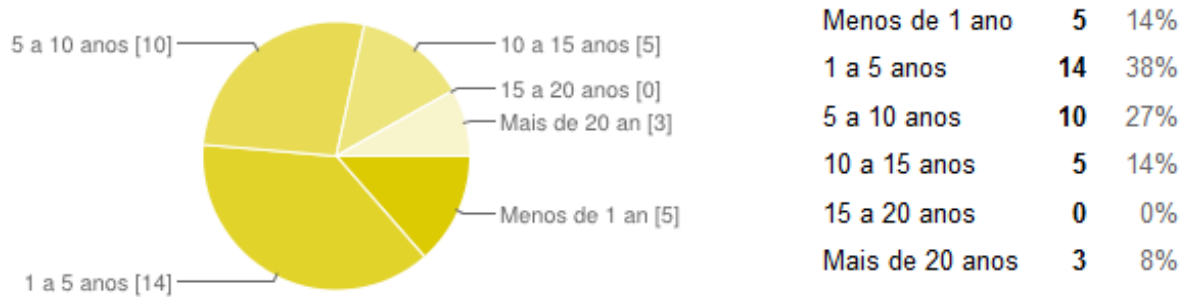
**Figura 3. Distribuição percentual quanto à escolaridade de árbitros de futebol profissional participantes da pesquisa.**

As razões para a necessidade de se realizar outras atividades além da arbitragem não foram aprofundadas neste estudo, mas no estudo foi apresentado um anúncio de que essa realidade está longe de ser mudada, onde 92% dos árbitros da amostra da pesquisa em questão tem outro tipo de profissão ou renda para complementar seus ganhos (figura 4).



**Figura 4. Distribuição percentual dos árbitros de futebol profissional participantes da pesquisa que possuem outra atividade profissional.**

As experiências de atuação na atividade podem determinar a percepção da realidade vivida pelo profissional, foi com esse intuito que procuramos identificar, em anos, o tempo de prática como árbitro entre os entrevistados (figura 5). De acordo com Samulski e Silva (2009) o árbitro é formado por sua experiência prática em campo, portanto, é importante que se avalie o tempo de exercício na atividade, essa experiência pode favorecer a capacidade de controlar o estresse.



**Figura 5. Distribuição percentual quanto ao tempo de atuação no exercício da arbitragem dos árbitros de futebol profissional participantes da pesquisa.**

A figura 4 demonstra que 92% (n=34) dos árbitros exercem outra atividade profissional além da arbitragem, isto possivelmente implica que a função de árbitro pode ser considerada como uma fonte extra de renda para estes profissionais. Entretanto, apesar de se configurar como uma segunda opção de trabalho, a pesquisa demonstrou que esta categoria tem recebido muitos árbitros recentemente, uma vez que 65% (n=24) dos participantes estão na profissão há cerca de 10 anos. Apenas 8% dos participantes estão na profissão há mais de 20 anos. Estes dados podem estar associados à faixa etária destes árbitros, que em sua maioria são jovens.

## 6.2. Análise de Conteúdo

Partindo de uma leitura flutuante das respostas, estabelecendo o primeiro contato com o material, foi possível avaliar as questões esportivas e psicológicas mais evidentes diante do conteúdo. Foram privilegiadas as repetições de temas, palavras ou termos considerados importantes para o estudo. As unidades de análise foram as referentes ao conteúdo estudado, a saber: psicologia, esporte, futebol, arbitragem.

Da análise de conteúdo no que concernem as razões que levaram o árbitro de futebol a escolher esta profissão, foram identificadas quatro razões principais como destaques nas respostas: amor ao futebol (n=27; 73%), amor à arbitragem (n=6; 16%), dinheiro e fama (n=3; 8%) e senso de justiça (n=1; 3%).

Pode-se inferir que os participantes enfatizaram o sentimento de amor à profissão ou amor pelo que fazem como algo positivo na escolha do “ser” árbitro.

Após a análise de conteúdo, quanto às razões que motivam os árbitros a permanecerem na profissão, observou-se uma diversidade entre as respostas, com destaque para a prática de esportes e atividade física e a paixão pela arbitragem e futebol. Quando

questionado sobre sua permanência na arbitragem um dos árbitros respondeu: “*saber que posso contribuir com ética e moral na arbitragem... Ter o poder, ter que participar e tomar decisões em prol do bom trabalho. A liberdade de viajar e conhecer outros lugares que a arbitragem proporciona.*”.

O resumo dos resultados da análise de todas as razões que motivam os árbitros participantes da pesquisa a permanecerem na profissão pode ser visualizado na Tabela 1.

Razões para permanecer na arbitragem	Número de vezes que a razão foi citada	Percentual de árbitros que relataram a resposta
Crescimento profissional	4	11%
Mercado em ascensão	1	2,7%
Superação de dificuldades	1	2,7%
O árbitro é uma pessoa pública	1	2,7%
Praticar esporte/Realizar atividade física	9	24%
Retorno financeiro	5	13,5%
Realizar viagens, conhecer lugares diferentes	6	16,2%
Desafio profissional	1	2,7%
Ética e moral no futebol	1	2,7%
Tomada de decisões	1	2,7%
Paixão pelo futebol	9	24%
Participar de grandes competições	1	2,7%
Admiração pela profissão	2	5,4%
Amizades novas	5	13,5%
Prazer	3	8,1%
Fonte de renda extra	5	13,5%
Reconhecimento das pessoas	3	8,1%
Indicação ao RENAF	1	2,7%
Vocação para arbitragem	1	2,7%
Aprendizado a cada jogo	1	2,7%
Manter a saúde “em dia”	1	2,7%

**Tabela 1. Resumo da análise de conteúdo das respostas referentes às razões que motivam os árbitros participantes da pesquisa a permanecerem na profissão.**

Observando a tabela, podemos identificar os maiores índices de respostas advindas do valor dado pelos árbitros quanto à realização constante de atividade física ou prática esportiva como também pela paixão ao futebol, estando envolvido neste contexto. Ambos os quesitos apareceram em 24% das respostas.

Para ser árbitro, subentende-se que seja necessário um excelente preparo físico, suficiente para acompanhar as jogadas de perto e correr, no mínimo, 90 minutos a cada jogo. Sendo assim, o condicionamento deve ser mantido de forma constante.

A aptidão física que se exige ao árbitro de hoje está também condicionada por este aumento do ritmo do jogo. Ou seja, cremos que jogos com ritmo mais intenso exigirão do árbitro uma melhor aptidão física para estar no local certo no momento certo (REBELO et al., 2002).

Essa análise corrobora com a pesquisa realizada por Vieira, Costa e Aoki (2010), onde 11 árbitros profissionais passaram testes físicos e os estudos apontaram para uma sobrecarga física imposta aos árbitros de futebol em diferentes regiões do Brasil, uma vez que é possível a existência de diferentes padrões de jogo, nas condições climáticas, no tamanho dos campos e no horário das partidas, variáveis intervenientes que podem influenciar a qualidade da arbitragem.

A pré-disposição em exercer a atividade de árbitro, em muitos casos está relacionado com o desejo de estar envolvido com o futebol profissional de alguma forma, pois, trata-se de um esporte de grande aceitação em todo o mundo, principalmente, no Brasil, onde é tido como potência nacional, atingindo a população através dos clubes e da seleção brasileira.

Segundo Ferreira (2005), o futebol é considerado o esporte mais popular do planeta, constituindo-se num dos maiores fenômenos de massa de todos os tempos. Essa amplitude gera cada vez mais adeptos, onde os interesses partem de um público fiel em todas as classes sociais.

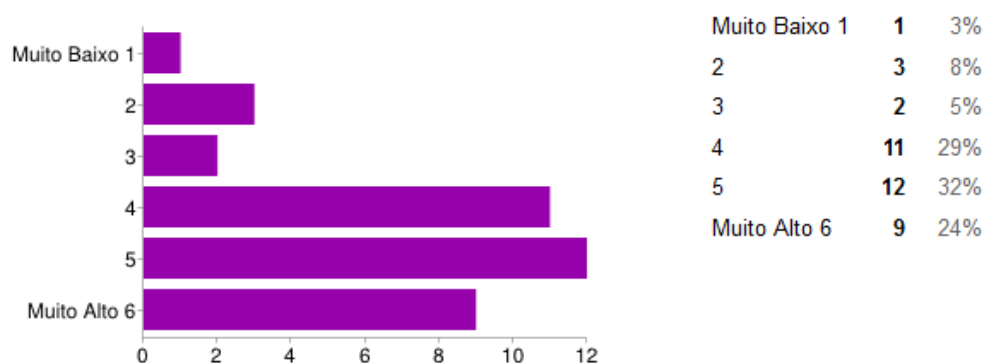
O futebol no Brasil é hoje (e tem sido nos últimos cinquenta anos) uma atividade de enorme importância social, cujas consequências transcendem as linhas do campo de jogo, tornando-se mesmo questões de Estado. Os valores e número de pessoas envolvidas com este esporte chegam ambos à casa dos milhões. Milionárias também são as cifras ostentadas pelo mercado midiático. Assim como o futebol, a mídia possui uma importância social que supera largamente a dimensão do "reclame" e dos segundos em que produtos são anunciados e notícias são veiculadas. O dinheiro proveniente da veiculação dos anúncios sustenta toda a mídia: cada emissora de rádio, jornal, revista ou rede de televisão "comerciais" depende, para sua sobrevivência no mercado, da chamada "verba publicitária". A par deste papel de "mola-mestra" do sistema da mídia, a publicidade ainda exerce uma



enorme influência na cultura contemporânea, não apenas no Brasil, mas em todo o mundo capitalista. Este artigo busca integrar estes dois domínios, relacionando o discurso midiático ao momento máximo do futebol mundial. Dessa forma, acredito que o estudo das representações presentes no cruzamento desses dois eixos de tamanha importância na sociedade brasileira possa servir como uma via de acesso ao entendimento da lógica subjacente à relação entre a dimensão social do esporte e o sistema capitalista no qual este esporte se insere (GASTALDO, 2009, p. 353).

O autor da citação acima descreve bem a realidade e a força do futebol na atualidade. A relação com a pesquisa em questão faz referência a vontade dos árbitros (que também são sujeitos envolvidos na paixão pelo futebol) a estarem próximos do futebol, envolvidos ativamente na prática e execução deste, sendo parte do espetáculo, fundamental para o andamento das partidas.

A figura 6 abaixo, apresenta o gráfico das respostas com relação a carga de estresse que a atividade como árbitro provoca nos envolvidos, sendo importante destacar que a maioria das respostas envolveram os quesitos 4, 5 e 6, que se aproximavam do nível mais alto de estresse, representando 85% das respostas.



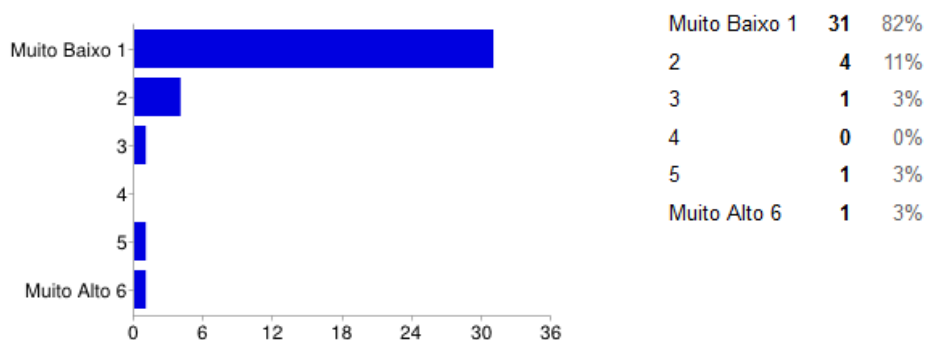
**Figura 6. Distribuição percentual das respostas quanto ao estresse que a arbitragem provoca dentre os participantes da pesquisa.**

Em pesquisa realizada por Costa et al. (2010) com 102 árbitros profissionais e federados em Belo Horizonte, observou-se que os fatores destacados como mais estressantes na atividade como árbitro são, inicialmente os de ordem social e psicológica. Os autores destacam que na realidade há uma tridimensionalidade constituída por aspectos biológicos, sociais e psicológicos que são fontes das causas de estresse para os árbitros de futebol. O árbitro deve prezar pelo cumprimento restrito às regras do jogo e o comportamento dos participantes, o que exige o controle da ansiedade, atenção e concentração, motivação para

que a excelência de sua atividade seja mantida e as situações de estresse não sejam desencadeadas (COSTA et al, 2010).

O estresse e a arbitragem no futebol costumam andar lado a lado a cada partida, onde torcida, jogadores, treinadores e dirigentes exercem um papel de pressão com relação ao desempenho do árbitro caso as decisões no jogo sejam desfavoráveis à equipe. Não por acaso, muitos árbitros evitam se expor, dar entrevistas ou falar de sua vida pessoal, por desempenhar uma função delicada, de discernimento e decisões instantâneas (na maioria dos casos subjetivas, o que gera mais discussão), ocasionando atritos entre as partes envolvidas no esporte mais tradicional do Brasil, que mexe com a paixão do torcedor, sem precedentes e sem limites para lutar pelo melhor do time de coração.

Apesar de ser considerada uma atividade que envolve muita pressão na atuação e de grande responsabilidade, os árbitros identificados na amostra desta pesquisa, em sua maioria, não desejam abandonar a carreira (figura 7). Uma razão para isso pode estar relacionada com a paixão pelo futebol apresentada na tabela 1 acima.



**Figura 7. Distribuição percentual das respostas quanto ao desejo de abandonar a carreira de árbitro entre os participantes da pesquisa.**

Vimos que abandonar a carreira não é o caminho que eles pretendem seguir, pelo menos em curto prazo, porém, é importante que se tenha uma constante preocupação com o ser humano por trás do árbitro, pois, este precisa estar bem física e psicologicamente, dando alicerces seguros na sua atuação e, assim, procurar manter os níveis de interesse pela atividade.

Os apontamentos em questão visam melhorar o aporte teórico dos estudos voltados para arbitragem no futebol, vinculados a uma visão advinda da psicologia do esporte, que se propõe a condicionar melhor os árbitros a estarem preparados diante dos enfrentamentos encontrados dentro e fora de campo.

## 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa foi realizada tendo o uso das cibertecnologias como aliadas, o que favoreceu a abrangência no alcance de árbitros de todas as regiões do Brasil em tempo hábil para coleta de dados e análise do conteúdo. Esse tipo de pesquisa, envolvendo árbitros e a psicologia do esporte, apresenta-se como inovadora, onde os estudos destas duas vertentes necessitam de maiores aprofundamentos e aproximações.

A proposta deste trabalho foi atingida quando recordamos dos objetivos, tratando-os como norteadores para a pesquisa. Identificamos as razões e motivações para a prática da arbitragem, o estresse ocupacional e o interesse pelo abandono da atividade, todas estas tendo como aliadas para coleta de dados das tecnologias virtuais e de informação, mais especificamente do *Facebook*® e do *Google*™ *Docs* através da *Internet* e da facilitação destes recursos em atingir árbitros de todas as regiões do Brasil em um curto período de tempo, dando mais amplitude a amostra e tendo opiniões variadas quanto a atuação profissional.

Por ser uma área em ascensão, a psicologia do esporte deverá se apropriar de novos campos de atuação com mais propriedade ao longo do tempo, e o acompanhamento aos árbitros de futebol se enquadram nesse objetivo, buscando auxiliar esta categoria com os mecanismos de ordem psicológica para que os mesmos desempenhem a função com mais segurança e se conhecendo melhor, identificando limites, sensações e estratégias na tomada de decisão.

Ampliando o campo de atuação do psicólogo do esporte, consideramos o estudo mais aprofundado da arbitragem no futebol profissional e seus aspectos emocionais como de importância tão quanto a dos atletas e treinadores. São os árbitros que terão a responsabilidade e o discernimento imediato das jogadas, tendo que julgar em poucos segundos o que ocorreu, precisando estar bem colocado, concentrado e treinado para tomada de decisão, além do preparo para cobranças e xingamentos por parte dos jogadores, treinadores e torcida.

## 8. SUGESTÃO DE PESQUISAS FUTURAS

Com este trabalho novos horizontes se abrem, como por exemplo, o estudo do estresse ocupacional mais aprofundado, com a possibilidade de intervenções voltadas para alternativas práticas que auxiliem os árbitros de futebol no controle das situações de pressão antes, durante e depois dos jogos, além do equilíbrio emocional diante dos problemas extra campo, envolvendo família, torcida e dirigentes.

Os resultados desta pesquisa sobre estresse foram intrigantes, pois, apesar dos participantes relatarem satisfação, paixão pela arbitragem e o desejo de permanecerem na atividade, houve uma alta incidência de estresse ocupacional. Desta forma, é importante que se releve o aprofundamento das questões relacionadas ao estresse na arbitragem e as causas que levam a esta condição.

Para Freitag et al. (2013), “o estresse e a ansiedade estão cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas e, podem ocorrer em qualquer época da vida”. Estes dois estados emocionais são tão importantes na sociedade contemporânea que a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2003) estima que 90% da população mundial são afetadas pelo estresse, passando a ser considerado como uma epidemia mundial.

Para Marques et al. (2010),

o estresse independe das fases da vida, ocorre sim, é que em algumas fases existe um conjunto de fatores que propiciam o aparecimento maior ou menor do estresse. A adolescência é uma fase em que o indivíduo está procurando o entendimento da sua organização corporal, onde as transformações físicas, psicológicas e sociais lhe colocam em dúvida sobre o quê e quem são, gerando assim, uma série de fatores estressantes.

Os temas acima são sugestões para um possível projeto de doutorado, dando ênfase à pesquisa com o envolvimento das novas tecnologias virtuais, envolvendo redes sociais e metodologias que sejam favoráveis ao uso destes recursos, pois, acredita-se na potencialidade dos meios de comunicação e do avanço para a ciência com a adesão das mesmas. Para tanto, fica proposto uma análise de estresse ocupacional, psicológico e cognitivo dos árbitros de futebol com o uso da tecnologia como recurso metodológico.

## REFERÊNCIAS

ABREU, N.; BALDANZA, R.; GONDIM, S. Os grupos focais on-line: das reflexões conceituais à aplicação em ambiente virtual. **Revista de Gestão da Tecnologia e Sistemas de Informação**, v.6, n.1, p.5–24, 2009. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/jistm/v6n1/02.pdf>>. Acesso em ago. 2013.

AGUIAR, S. **Redes sociais na internet: desafios à pesquisa**. XXX Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, p. 1–15, 2007. Disponível em: < [http://www.sitedaescola.com/downloads/portal\\_aluno/Maio/Redes%20sociais%20na%20internet-%20desafios%20E0%20pesquisa.pdf](http://www.sitedaescola.com/downloads/portal_aluno/Maio/Redes%20sociais%20na%20internet-%20desafios%20E0%20pesquisa.pdf)>. Acesso em 12 ago. 2013.

ALARCO, J. J.; ÁLVAREZ-ANDRADE, E. V. Google Docs : uma alternativa de encuestas online. **Educación Médica**, v. 15, n. 1, p. 9–10, 2012. Disponível em: < [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1575-18132012000100004&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1575-18132012000100004&script=sci_arttext)>. Acesso em 03 jul. 2013.

ALBUQUERQUE, M. **Psicologia Esportiva - Um Trabalho com Atletas Adolescentes**. Rio de Janeiro: UERJ, 1996.

ANTONELI, F., SALVINI, A. **Psicologia del Deporte**. Milan: Ed. Miñon, 1982.

ARAÚJO, D. Definição e história da psicologia do desporto. Em Serpa, S. e Araújo, D. **Psicologia do Desporto e do Exercício**, p. 9-51, Lisboa: FMH Edições, 2002.

ARONI, A. L. Motivação e percepção de envolvimento parental na prática desportiva de jovens nadadores. **Dissertação de Mestrado**. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, Lisboa, 2011.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA, 2009.

BARROS, J. M. A. **Futebol porque foi... porque não é mais**. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.

BECKER JR. B. **Manual de Psicologia de Esporte & Exercício**. Porto Alegre: Nova Prova, 2000.

BECKER JR. B. **Manual de Psicologia de Esporte & Exercício**. 2ª Ed. – Porto Alegre: Nova Prova, 2008.

BIANCHI, P. A presença das tecnologias de informação e comunicação na Educação Física permeada pelo discurso da indústria cultural. **Efdeportes.com**, Revista Digital - Buenos Aires - Ano 13, nº 120, 2008. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd120/tecnologias-de-informacao-e-comunicacao-na-educacao-fisica.htm>>. Acesso em: 20 de jan. 2014.

BLATTMANN, U.; TRISTÃO, A.M.D. Internet como instrumento de pesquisa técnico-científica na engenharia civil. **Revista da ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina**, v. 4, n. 4, pág. 28-46, 1999. Disponível em: < [http://www.ced.ufsc.br/~ursula/papers/civil\\_net.html](http://www.ced.ufsc.br/~ursula/papers/civil_net.html)>. Acesso em: 20 de jun. 2013.

BLASCO, T. Competencia personal, autoeficacia y estrés en árbitros de ciclismo. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 8, n. 2, p. 195–205, 1999. Disponível em: < <http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v8n2p195.pdf>>. Acesso em 09 ago. 2013.

BOSCHILIA, B.; VLASTUIN, J.; MARCHI, J.R.W. Implicações da espetacularização do esporte na atuação dos árbitros de futebol. **Revista Brasileira de Ciência e Esporte**, pág. 59-62, 2008.

BRICKELL, T.A.; CHATZISARANTIS, N.L.D.. Using self-determination theory to examine the motivational correlates and predictive utility of spontaneous exercise implementation intentions. **Psychology of Sport and Exercise**, vol. 8, p. 758-770, 2007.

BRIÈRE, N.. Developpement et Validation d'une Mesure de Motivation Intrinsèque, Extrinsèque et d'Amotivation en Contexte Sportif: l'échelle de motivation dam les sports. **International Journal of Sport Psychology**, v.26, n.4, p. 465-489, 1995.

CARDENÁS, R.M.; PUMARIEGA, Y.M. A preparação psicológica da arbitragem no esporte de alto rendimento. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 17, Nº 172, 2012. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd172/a-preparacao-psicologica-da-arbitragem.htm>>. Acesso em: 20 de out. 2013.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS. **Regras do futebol**. Rio de Janeiro: Palestra Edições, 1978.

CONROY, D. E.; ELLIOT, A. J.; COATSWORTH, J. D.. Competence Motivation in Sport and Exercise. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, p. 181-192, 2007.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. (Eds.). **Handbook of self-determination research**. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002b.

COSTA, V. T. et al. Análise estresse psíquico em árbitros de futebol. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo., v. 3, p. 2–16, 2010. Disponível em: < [http://www.abrapesp.org.br/revista/v3n2/RBPE\\_12\\_002-016.pdf](http://www.abrapesp.org.br/revista/v3n2/RBPE_12_002-016.pdf)>. Acesso em 14 jun. 2013.

DE ROSE JR, D. Sintomas de “stress” no esporte infanto-juvenil. **Revista Treinamento Desportivo**, Curitiba, pág. 12-20, 1997.

DE ROSE JR, D. **Situações específicas e fatores de estresse no basquetebol de alto nível**. São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte USP, Tese de Livre Docência, 1999.

DE ROSE JR, D.; DESCHAMPS, S.R. E KORSAKAS, P. Situações causadoras de estresse no basquetebol de alto rendimento: fatores extracompetitivos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, pág. 25-30, 2001.

DECI, E. L.; RYAN, R. M.. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. New York: Plenum Press. 1985.

DECI, E. L.; RYAN, R. M.. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. **Psychological Inquiry**, vol. 11, n. 4., 227-268., 2000a.

DECI, E. L.; RYAN, R. M.. The Paradox Of Achievement: The Harder You Push, The Worse It Gets. In J. Aronson (Ed.) **Improving Academic Achievement: contributions of Social Psychology**, New York: Academic Press, p.59-85, 2002a.

DECI, E. L.; RYAN, R. M.. Need satisfaction and the self-regulation of learning. **Learning & Individual Differences**, Vol. 18, n. 3, p.165-184, 1996. Disponível em: <[http://www.selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1996\\_DeciRyanWilliams\\_LID.pdf](http://www.selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1996_DeciRyanWilliams_LID.pdf)>. Acesso em 05 jul. 2013.

DECI, E. L.; RYAN, R. M.; KOESTNER, R. A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. **Psychological Bulletin**, vol.125, n. 6, p.627-668, 1999.

DECI, E.L.; VANSTEENKISTE, M. Self-Determination theory and basic need satisfaction: understanding human development in positive psychology. **Ricerche di Psicologia**, vol. 27, n. 1, p. 23-40, 2004.

DESCHAMPS, S.R.; DOMINGUES FILHO, L.A. Motivos e benefícios psicológicos que levam os indivíduos dos sexos masculino e feminino a praticarem o ciclismo indoor. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento**, vol. 13, n. 2., p. 27-32, 2005.

EPIPHANIO, E. H. Psicologia do Esporte: aprimorando a desapropriação. Brasília, 1999. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-98931999000300008&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-98931999000300008&script=sci_arttext&tlng=pt)> Acesso em 25 nov. 2012.

FEIJÓ, O. G. Psicologia do Esporte e no Esporte. In: RÚBIO, K. (org.) **Encontros e desencontros: descobrindo a Psicologia do Esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

FERNANDES, H.M.; VASCONSELOS-RAPOSO, J..*Continuum* de Auto-Determinação: validade para a sua aplicação no contexto desportivo. **Estudos de Psicologia**. Vol. 10, n. 3, p. 385-395, 2005.

FERREIRA, R. D. A.; BRANDÃO, M. R. F. Árbitro brasileiro de futebol profissional: percepção do significado do arbitrar. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 23, n. 2, p. 229–238, 2012. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/15235>>. Acesso em 08 jul. 2013.

FRAGOSO, S.; RECUERO, R.; AMARAL, A. **Métodos de pesquisa para internet**. Porto Alegre: Sulina, 2011.

FREITAG, A. F.; TAVEIRA, C.; MEROTTI, M. A.; PELLOSO, S. M.; MARCON, S. S.; HIGARASHI, I. H.; CUMAN, R. K. N.; VIEIRA, L. F. Ansiedade e estresse: um estudo associativo na saúde do adulto-jovem no contexto esportivo individual e coletivo. **EF Deportes**, 17, nº 176, enero 2013; Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd176/ansiedade-e-estresse-no-contexto-esportivo.htm>. Acessado em 20 de junho de 2013

GAGNÉ, M.; BLANCHARD, C.. Self-Determination Theory and Well-Being in Athletes: it's the situation that counts. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, p. 243-254, 2007.

GARCIA-CALVO, T.; MIGUEL, P. A. S.; MARCOS, F. M. L.; OLIVA, D. S.; ALONSO, D. A. Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. **Revista Internacional de Ciencias del Deporte**, Año 7, vol. 7, n° 25, p. 266-276, 2011.

GARCÍA, F.G.; BETANCORT, H. J. Características deseables en el arbitraje y el juicio deportivo. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 10, n. 1, p. 23-34, 2001.

GASTALDO, E. "O país do futebol" mediatizado: mídia e Copa do Mundo no Brasil. **Sociologias** [online], n.22, pp. 353-369, 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-45222009000200013&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-45222009000200013&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 10 de jan. 2014.

GÓIS, F. **Câmara aprova regulamentação da atividade de árbitros de futebol**. Disponível em: <<http://congressoemfoco.uol.com.br/noticias/camara-adia-votacao-de-mp-%E2%80%9Ccontrabandeada%E2%80%9D-2/>>. Acesso em: 13 jul. 2013.

GOOGLE DOCS - documentos on-line com colaboração em tempo real. Disponível em: <<https://www.sites.google.com/a/tecbusiness.com.br/apps/docs>>. Acesso em: 25 jul. 2013.

GOULD, D.; GREENLEAF, C.; KRANE, V. apud WEINBERG, R. S. & GOULD, D. **Fundamentos de psicologia do esporte e do exercício**. 2ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

GOULD, D. PICK, S. Sport Psychology: The Griffith era: 1920-1940. **The Sport Psychologist**, 9, 391-405, 1995.

GOMES, A.R. **Stresse ocupacional e estratégias de confronto: Desenvolvimento de um guia de entrevista para diferentes profissões**. In C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves, M. Adelina, & V. Ramalho (Eds.), Actas da XI Conferência Internacional de Avaliação psicológica: Formas e contextos. Braga: Psiquilíbrios Edições. Disponível em <<http://hdl.handle.net/1822/5838>>, 2006.

GOMES, L.L.Z., DELBERIO, O.. Aspectos éticos no uso da internet como ferramenta de pesquisa. **Eccos – Revista Científica**, São Paulo, v. 12, n. I, p. 195-205, jan/jun, 2010. Disponível em: <<http://www.ufpi.br/subsiteFiles/menezes/arquivos/files/etica%20e%20informatica.pdf>>. Acesso em 20 dez. 2013.

GONZÁLEZ, J. L. **El Entrenamiento Psicológico en los Deportes**. Madri: Biblioteca Nueva, 1996.

GONZÁLEZ-OYA, J.L.; DÍAZ, J.D. Características psicológicas de los árbitros de fútbol de la comunidad autónoma gallega. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 4, n. 1 y 2, 2004.

GUIMARÃES, S.E.R.; BORUCHOVITCH, E. O estilo motivacional e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da teoria da auto-determinação. **Psicologia: Reflexão e**



**Crítica**, vol. 17, n. 2, p.143-150, 2004. Disponível em: <<http://revistas.um.es/cpd/article/view/112451/106691>>. Acesso em 23 mai. 2013.

GUSSEN, P.T.B.; SÁ, C.K.C. Perfil referido de aptidão física e do treinamento físico de árbitros de futebol da Federação Baiana de Futebol. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 15, nº 151, 2010.

GUTIÉRREZ, P.J.; VOSER, R.C. A carreira de árbitro de futebol: perspectivas atuais e a profissionalização. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 17, nº 173, 2012. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd173/a-carreira-de-arbitro-de-futebol-e-profissionalizacao.htm>>. Acesso em 21 dez. 2013.

HAGGER, M. S.; CHATZIRANTIS, N. L. D. Advances in self-determination theory research in sport and exercise. **Journal of Sport and Exercise**, 8, p. 597-599, 2007

KORTE, G. **Treino Mental arbitragem no futebol**. São Paulo: Annapurna, 2012.

LEMOS, A.; LÉVY, P. **O futuro da internet: em direção a uma ciberdemocracia**. São Paulo: Paulus, 2010.

MACHADO, A.A. **Psicologia do esporte: temas emergentes**. 9ª ed. Jundiaí: Ápice, 1997.

MACHADO, A. A. Psicologia do Esporte: seu enredo. In.: RÚBIO, K. (org.) **Encontros e desencontros: descobrindo a Psicologia do Esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

MACHADO, A.A. **Psicologia do esporte: da educação física escolar ao esporte de alto nível**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A., 2006.

MACHADO, A.A. **Cibermundo implica em ciberpsicologia?**. In: IV Seminário de Psicologia do Esporte e Motricidade Humana: I Congresso Nacional de Psicologia da Motricidade Humana, Esporte, Recreação e Dança, UNESP/Rio Claro, 2012. Publicado em: <[http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS\\_IVSPEMH\\_2012.pdf](http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS_IVSPEMH_2012.pdf)>.

MACHADO, A.A. **Para que uma psicologia do esporte?**. In: IV Seminário de Psicologia do Esporte e Motricidade Humana: I Congresso Nacional de Psicologia da Motricidade Humana, Esporte, Recreação e Dança, UNESP/Rio Claro, 2012a. Publicado em: <[http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS\\_IVSPEMH\\_2012.pdf](http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS_IVSPEMH_2012.pdf)>.

MACHADO, A. A. Formação acadêmica e intervenção profissional na perspectiva da Psicologia do Esporte. **Motriz**, Rio Claro, v.15 n.4 p.935-943, out./dez, 2009. Disponível em: <<http://www.lepespe.com.br/downloads/5.pdf>>. Acesso em 14 jun. 2013.

MARQUES, A.T.. Fazer da competição dos mais jovens um modelo de formação e de educação. In: GAYA, A.; MARQUES, A.; TANI, G. (Orgs.). **Desporto para crianças e jovens**. Razões e finalidades. Porto Alegre: Editora da UFRGS. 2004.

MARQUES, M.G. et al. Avaliação de estresse em atletas juvenis de futebol de campo. **Efdeportes.com**, Revista Digital - Buenos Aires - Ano 14 - nº 140, 2010.

MCGRATH, J. E. Major methodological issues. In J. E. Mcgrath (Ed.), **Social and psychological factors in stress**. New York: Holt, Rinehart & Winston, p.19-49, 1970.

MIRACLE, L. **Las profesiones del mundo del deporte**. Barcelona: Editorial Planeta, 1992.

NTOUMANIS, N. A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. **British Journal of Educational Psychology**, 71, 225-242, 2011..

OLIVEIRA, R. N. B. Google Docs – Ferramenta tecnológica para elaboração de projetos. **Diálogos Educacionais em Revista**, Campo Grande/MS, v. 3, p. 89–101, 2012. Disponível em: <http://dialogoseducacionais.semed.capital.ms.gov.br/index.php/dialogos/article/view/64/119>>. Acesso em 09 jul. 2013.

PAIM, M.C.C.; PEREIRA, E.F. Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola. **Motriz**, Rio Claro, Vol.10, n.3, p.159-166, set./dez. 2004. Disponível em: <[http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/10n3/09CCP\\_hp.pdf](http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/10n3/09CCP_hp.pdf)>. Acesso em jun. 2013.

PELLETIER, L. G., FORTIER, M., VALLERAND, R. J., BRIÈRE, N. M., TUSON, K. M., BLAIS, M. R. The Sport Motivation Scale (SMS-28). **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 17, 35-53, 1995.

PEREIRA, N. F.; SANTOS, R. G. M.; CILLO, E. N. P. Arbitragem no futebol de campo: estresse como produto de controle coercitivo. **Revista brasileira de psicologia do esporte**, São Paulo, v. 1, p. 2-10, 2007. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1981-91452007000100004&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1981-91452007000100004&script=sci_arttext)>. Acesso em 25 mai. 2013.

PESTILLO, L. **Visão atual do estresse e o homem esportivo**. In: IV Seminário de Psicologia do Esporte e Motricidade Humana: I Congresso Nacional de Psicologia da Motricidade Humana, Esporte, Recreação e Dança, UNESP/Rio Claro, 2012. Publicado em: <[http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS\\_IVSPEMH\\_2012.pdf](http://www.lepespe.com.br/downloads/ANAIS_IVSPEMH_2012.pdf)>.

PETHERICK, C. M.; WEIGAND, D. A. The relationship of dispositional goal orientations and perceived motivational climates on indices of motivation in male and female swimmers. **International Journal of Sport Psychology**, Vol.33, p. 218-237, 2002.

RAALTE, J.L.V.; BREWER, B.W. **Psicologia do Esporte**. 2ª ed. São Paulo: Santos, 2011.

REBELO, A. et al. Stress físico do árbitro de futebol no jogo. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, vol. 2, nº 5, pág. 24–30, 2002.

REEVE, Johnmarshall; DECI, Edward L. Elements of the competitive situation that affect intrinsic motivation. **PSPB**, Vol. 22, n.1, p. 24-33, January/1996.

RECUERO, R. **A conversação em rede: comunicação mediada pelo computador e redes sociais**. Porto Alegre: Sulina, 2012.

RIBEIRO, H.N.; FERNANDES, A.R.R.; VIANA, M.S.; BRANDT, R.; ANDRADE, A. Estados de humor de árbitros de futebol não-profissional. **Revista de Educação Física/UEM**,

v. 23, p. 575–583, 2012. Disponível em: <<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/16139/11085>>. Acesso em 10 jul. 2013.

RIERA, J. **Introducción a la psicología del deporte**. Barcelona: Ediciones Martinez Roca, 1995.

ROCCO JÚNIOR, A.J. Bola na rede: o ciberespaço, as torcidas virtuais e a cultura do futebol no século XXI. **Efdeportes.com**, Revista Digital – Buenos Aires, ano 10, nº 82, 2005. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd82/rede.htm>>. Acesso em: 11 de jan. 2014.

RODRÍGUEZ, G. M.; ASCANIO, C.G. Las motivaciones de los árbitros de fútbol. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 11, p. 69–82, 2002. Disponível em: <<http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v11n1p69.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2013.

RUBIO, K. **Psicologia do Esporte Aplicada**. 1ª Ed. – São Paulo: Casa do Psicólogo – Coleção Psicologia do Esporte, 2003.

RUBIO, K. **Psicologia do Esporte: Interfaces, pesquisa e Intervenção**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

RYAN, R. M.; FREDERICK, M. C.; LEPES, D.; RUBIO, N.; SHELDON, M. K. Intrinsic motivation and exercise adherence. **International Journal of Sport Psychology**, Roma, Vol. 28, p. 335-354, 1997.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Active Human Nature: Self-Determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, 2007. p. 1-19.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Autonomy is no illusion: self-determination theory and the empirical study of authenticity, awareness, and will. In: J. GREENBERG, S.L.; KOOLE T. PYSZCZYNSKI (eds.) **Handbook of experimental existential psychology**. New York: Guilford Press, 2004. p. 449-479.

RYAN, R.M.; DECI, E.L.. The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. **Psychological Inquiry**, Vol. 11, n. 4, 319-338, 2000a.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well Being. **American Psychologist**, Vol. 55, n. 1, p. 68-78, January 2000b.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: classic definitions and new directions. **Contemporary Education Psychology**, vol. 25, n. 1, p. 54-67, January 2000c.

SALDANHA, R. P. Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com atletas de basquetebol infanto-juvenis (13 a 16 anos). **Dissertação de Mestrado**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2008.

SANMARTÍN, M.G. **Valores sociales y deporte** – la actividad física y el deporte como transmisores de valores sociales y personales. Madrid: Gymnos, 1995.

SANTOS, M. **A natureza do espaço: técnica e tempo. Razão e emoção**. 4º ed. São Paulo: Edusp, 2006.

SAMULSKI, D.M. **Psicologia do esporte**. Barueri, SP: Manole, 2002.

SAMULSKI, D.M.; NOCE, F.; CHAGAS, M.H. Estresse. In.: SAMULSKI, D.M. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**, 2ª ed., p. 231-264, Barueri: Manole, 2009.

SAMULSKI, D.M.; SILVA, S.A. Psicologia aplicada à arbitragem. In.: SAMULSKI, D.M. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2ª ed., p.461-486, Barueri, SP: Manole, 2009.

SCHAFF, A. **A sociedade Informática**. 4ª Ed – São Paulo: Editora Brasiliense, 1995.

SCHEFFLER, A.P. **Arbitragem de futebol: questões atuais e polêmicas**. São Paulo: LTr, 2008.

SEGGAR, J. F.; PEDERSEN, D. M.; HAWKES, N. R.E MCGAWN, C. A measure of stress for athletic performance. **Perceptual and Motor Skills**, pág. 227-236, 1997.

SILVA, A.I.; RODRIGUEZ-AÑEZ, C.R.; FRÓMETA, E. R. O árbitro de futebol – uma abordagem histórico-crítica. **Revista da Educação Física/UEM**. Maringá, n. 1., v. 13, p. 39–45, 2002.

SILVA, A.I.; RECH, C.R. Somatotipo e composição corporal de árbitros e árbitros assistentes da CBF. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, 10(2), 143-148, 2008.

SILVA, A.I.; SANTOS, F.N.; BRITO, A.K.A. Análise da capacidade aeróbica e anaeróbica de árbitros de elite do Brasil. **Revista da Educação Física/UEM**, v.19, n.1, pág. 77-84, 2008.

SILVA, A.M.F. **Sociedade da Informação**. Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, 2007.

SMITH, R.E. A component analysis of athletic stress. In M.P. Weiss and D. Gould (Ed), **Sport for children and youths**. Champaign (Ill), Human Kinectics, pág. 107-111, 1986.

SPIELBERGER, C. D. Theory and research on anxiety. In C.D. Spielberger (Ed.), **Anxiety and Behavior**. New York: Academic press, p.3-22, 1966.

STANDAGE, M., TREASURE, D. C., DUDA, J. L., & PRUSAK, K. A. Validity, reliability, and invariance of the Situational Motivation Scale (SIMS) across diverse physical activity contexts. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 25, 19-43, 2003

VALENTINI, N. C. Competência e autonomia: desafios para a Educação Física Escolar. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, Vol. 20, p. 185-87, set. 2006. Suplem. n. 5. Disponível em: <

<http://citrus.uspnet.usp.br/eef/uploads/arquivo/v%2020%20supl5%20artigo48.pdf>>. Acesso em 27 jun. 2013.

VALLERAND, R.J.. A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, 2007. p. 255-280.

VALLERAND, R. J., BISSONNETTE, R. Intrinsic and amotivational styles as predictors of behaviour: A prospective study. **Journal of Personality**, 60, 599-620, 1992.

VALLERAND, R. J., DECI, E. L. RYAN, R. M. (1987). Intrinsic motivation in sport. **Exercise and Sport Science Reviews**, 15, 389-425, 1987.

VANSTEENKISTE, M.; SOENENS, B.; LENS, W.. Intrinsic Versus Extrinsic Goal Promotion in Exercise and Sport. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, 2007. p. 167-180.

VAQUERO, P.D. Motivación, incentivos y rendimiento. Estúdio de um caso em hockey sobre césped. **Revista de Psicologia del Deporte**. Vol. 14, n. 2, p. 271-281, 2005. Disponível em: <<http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v14n2p271.pdf>>. Acesso em 21 mai. 2013.

VIEIRA, C.M.A.; COSTA, E.C.; AOKI, M.S. O nível de aptidão física afeta o desempenho do árbitro de futebol?. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v.24, n.4, pág.445-52, out./dez. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1807-55092010000400002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092010000400002)>. Acesso em: 07 de jan. 2014.

VIEIRA, F.L. et al. Psicologia do Esporte: uma área emergente da psicologia. **Psicologia em Estudo**, Maringá., v. 15, n. 2, p. 391-399, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722010000200018&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722010000200018&script=sci_arttext)> . Acesso em 10 jul. 2013.

VLACHOPOULUS, S.P.; KARAGEORGHIS, C. I.; TERRY, P. C. Motivation Profiles in Sport: a Self-Determination Theory perspective. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, Vol. 71, n. 4, p. 387-397, 2000.

WANG, C.K.J; BIDDLE, S.J.H.. Understanding young people's motivation toward exercise. In: HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.D. (eds.). **Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport**. Human Kinetics, 2007. p. 193-208.

WEINBERG, R. S. & GOULD, D. **Fundamentos de psicologia do esporte e do exercício**. 2ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

**APÊNDICE 1.** Questionário disponibilizado, aos participantes da pesquisa na plataforma *Google™ Docs*.

**O escolher “ser” árbitro de futebol e a motivação para prática sob o olhar da psicologia do esporte: investigação centrada na tecnologia do *Google™ Docs***

**IDADE: \***

**REGIÃO QUE RESIDE: \***

- Norte
- Nordeste
- Centro-Oeste
- Sul
- Sudeste

**ESCOLARIDADE: \***

- Ensino Fundamental
- Ensino Médio
- Ensino Superior
- Pós-Graduação

**EXERCE OUTRA ATIVIDADE PROFISSIONAL ALÉM DE ÁRBITRO? \***

- Sim
- Não

**TEMPO DE EXPERIÊNCIA COMO ÁRBITRO PROFISSIONAL: \***

- Menos de 1 ano
- 1 a 5 anos
- 5 a 10 anos
- 10 a 15 anos
- 15 a 20 anos
- Mais de 20 anos

**1 - QUAIS AS RAZÕES QUE O LEVARAM A ESCOLHER SER ÁRBITRO DE FUTEBOL? \***

**2 - ATUALMENTE, QUAIS RAZÕES O MOTIVAM PARA EXERCER A ARBITRAGEM NO FUTEBOL? \***

**3 - EM TERMOS GERAIS, A MINHA ATIVIDADE COMO ÁRBITRO DE FUTEBOL PROVOCA-ME... \***

Nenhum Estresse      Pouco Estresse      Moderado Estresse      Bastante Estresse      Elevado Estresse

**4 - PARA CADA UM DOS ASPECTOS QUE A SEGUIR SE REFEREM, ASSINALE O NÚMERO QUE MELHOR REFLETE A SUA OPINIÃO ENQUANTO ÁRBITRO DE FUTEBOL: \***

Muito Baixo 1      2      3      4      5      Muito Alto 6

Desejo de abandonar a carreira:

**APÊNDICE 2.** Termo de Consentimento Livre e Esclarecido apresentado aos participantes da pesquisa na plataforma *Google™ Docs*.

**O escolher "ser" árbitro de futebol e a motivação para prática sob o olhar da Psicologia do Esporte: Investigação centrada na tecnologia do *Google™ Docs***

Gostaria de convidá-lo a participar desta pesquisa intitulada "Estresse Ocupacional e Estratégias de Confronto com Árbitros Profissionais de Futebol" que tem como finalidade o crescimento na área de pesquisas acadêmicas voltadas para o esporte.

O público alvo desta pesquisa são os árbitros profissionais do futebol brasileiro, federados e atuando em competições estaduais e nacionais. Todas as informações coletadas neste estudo são estritamente confidenciais, somente o pesquisador e o orientador terão conhecimento dos dados.

Esperamos que este estudo traga informações importantes sobre os aspectos que levaram o árbitro a escolher essa profissão e os fatores que os mantêm na prática, de forma que o conhecimento construído a partir desta pesquisa possa contribuir com a formação dos árbitros, dando a devida relevância do seu papel no contexto do futebol, estando o pesquisador comprometido com a divulgação dos resultados obtidos.

Responsáveis pela pesquisa:

Raphael Moura Rolim

- Psicólogo (CRP-17/2242)

- Mestrando do Programa de Pós Graduação em Desenvolvimento Humano e Tecnologias pela UNESP - Rio Claro/SP

- Membro do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte (LEPESPE - UNESP)

- Especializando em Terapia Cognitivo Comportamental pela UFRN

- Contato: (84) 9647 0857

- E-mail: [raphaelmoura@hotmail.com](mailto:raphaelmoura@hotmail.com)

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antônio Machado