

# TRABAJO FIN DE GRADO



**UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS**

**DOBLE GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE Y  
EDUCACIÓN PRIMARIA**

## **PSICOLOGÍA Y MOTIVACIÓN EN LA FIGURA DEL ÁRBITRO**

**Alumno:** Aitor Rodríguez Quismondo

**Director:** Alberto Carrasco Expósito

**Curso:** 2021-2022

**Fecha de presentación:** 4 de abril de 2022



**INVESTIGACIÓN APLICADA**

# **PSICOLOGÍA Y MOTIVACIÓN EN LA FIGURA DEL ÁRBITRO**



**Alumno:** Aitor Rodríguez Quismondo

**Director:** Alberto Carrasco Expósito

**Curso:** 2021-2022

**Fecha de presentación:** 4 de abril de 2022

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	3
<b>ABSTRACT</b> .....	4
<b>1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN</b> .....	5
<b>2. MARCO TEÓRICO</b> .....	8
<b>3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS</b> .....	26
<b>4. MÉTODO</b> .....	28
<b>4.1 PARTICIPANTES</b> .....	28
<b>4.2 INSTRUMENTO</b> .....	29
<b>4.3 PROCEDIMIENTO</b> .....	29
<b>4.4 ANÁLISIS DE DATOS</b> .....	30
<b>5. RESULTADOS</b> .....	32
<b>6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b> .....	39
<b>7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	42
<b>8. ANEXOS</b> .....	46

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Retribuciones por partido dependiendo de la categoría .....	21
Gráfico 2. Tabla de muestra por divisiones .....	28
Gráfico 3. Variables observadas a lo largo del trabajo .....	31
Gráfico 4. Categorías a las que pertenecen los árbitros entrevistados .....	32
Gráfico 5. Representación gráfica de la experiencia de los entrevistados .....	33
Gráfico 6. Mismos conocimientos del reglamento como futbolista que como árbitros.....	34
Gráfico 7. Diferentes motivos que propiciaron el inicio del arbitraje .....	35
Gráfico 8. Representación gráfica de si existieron problemas al inicio y entrada en el Comité.....	36
Gráfico 9. La motivación para mantenerse dentro del Comité .....	37
Gráfico 10. Motivos que provocaron o podrían provocar el abandono .....	38
Gráfico 11. Representación de si los árbitros entrevistados volverían o no al Comité.....	38

## **RESUMEN**

En el presente Trabajo Fin de Grado (TFG) pondré en práctica una investigación con los distintos métodos aprendidos en la asignatura Metodología de la Investigación y Análisis de Datos en la Actividad Física y el Deporte.

Conoceremos la motivación que muestra una figura clave en los partidos de fútbol: el *árbitro*. Para poder abordar este aspecto, en primer lugar, analizaremos la formación que debe recibir el colegiado, dada la carencia existente en el ámbito psicológico, algo que resulta fundamental para conocer sus etapas como árbitro y las motivaciones que les mueven.

En cuanto a la investigación, realizaremos una encuesta relacionada con esa motivación y los problemas psicológicos junto con el arbitraje. En ella preguntaremos a 213 árbitros y exárbitros principales y asistentes sobre la motivación que tuvieron para iniciarse en el mundo del arbitraje, para mantenerse y los motivos por los que han abandonado o abandonarían.

Con los resultados de este trabajo conoceremos, aparte de cuáles son esas motivaciones, lo necesario que resulta para una profesión tan estresante y que provoca tanta presión que se estudie el aspecto psicológico en la formación y durante la carrera del árbitro, algo que resulta prácticamente desconocido y que resulta fundamental para que el colegiado mantenga dicha motivación.

### **Palabras clave:**

Motivación, Fútbol, Árbitro, Formación y Psicología.

## **ABSTRACT**

In this Final Degree Project (FDP) I will put into practice an investigation using the different methods learnt in the subject Research Methodology and Data Analysis in Physical Activity and Sport.

We will learn about the motivation shown by a key figure in football matches: the referee. In order to address this aspect, firstly, we will analyse the training that referees should receive, given the existing lack of psychological training, which is essential to understand their stages as referees and the motivations that drive them.

In terms of research, we will carry out a survey related to this motivation and psychological problems together with refereeing. In it, we will ask 213 referees and former main and assistant referees about the motivation they had to start in the world of refereeing, to stay and the reasons why they have left or would leave.

With the results of this work we will know, apart from what these motivations are, how necessary it is for a profession that is so stressful and causes so much pressure to study the psychological aspect in the training and during the career of the referee, something that is practically unknown, and which is fundamental for the referee to maintain this motivation.

### **Keywords:**

Motivation, Football, Referee, Training and Psychology.

## **1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN**

El tema elegido para la investigación aplicada del presente Trabajo Fin de Grado consiste en conocer las motivaciones de los árbitros que les llevan a adentrarse en el mundo del arbitraje, a mantenerse y, en ocasiones, a abandonarlo, siendo un factor fundamental para conseguir dicha motivación que se les preste ayuda psicológica durante su formación y a lo largo de su carrera. Esa motivación es el primer aspecto psicológico que debe entrenarse en la formación del árbitro, por lo que gracias a ella el árbitro conseguirá de forma satisfactoria su evolución en la profesión (González-Oya, 2006).

El hecho de que dicho ámbito psicológico no haya sido apenas tratado en los distintos y pocos estudios realizados sobre el mundo del arbitraje es lo que me ha llevado a la conveniencia de dicho estudio.

Hasta hace muy poco tiempo eran prácticamente nulas las investigaciones sobre la psicología en los árbitros, algo que resulta chocante ya que, según Cantón et al. (2011), el arbitraje es una de las profesiones más estresantes y que requiere gran preparación psicológica.

Si bien es sabido lo fundamental que es un árbitro en un deporte en general, concretamente en este caso, en el “deporte rey” del mundo, que es el fútbol, llama la atención que sea una de las figuras más apartadas en las investigaciones realizadas en este ámbito. Esto provoca que existan pocos artículos relacionados con los colegiados de este deporte en los que se hable de los aspectos psicológicos de éstos, aunque sabemos que es una de las figuras que más sufre psicológicamente, recibiendo insultos y abusos por parte de aficionados, jugadores y cuerpo técnico de los equipos que participan en esos partidos. Es por ello por lo que la realización de esta investigación nos ayudará a entender a uno de los participantes deportivos menos estudiados en los últimos años, siendo el árbitro la persona más odiada y querida al mismo tiempo en un encuentro deportivo, dependiendo del interés de la afición y jugadores de cada equipo que participe.

Dicho aspecto me impulsó para investigar sobre la motivación de los árbitros y elaborar este trabajo, así como las causas para mantenerse y para abandonar la profesión o plantearse. Poco a poco, con el paso del tiempo, los distintos investigadores los van incluyendo dentro de los participantes del deporte, formando un “pentágono” deportivo en el que se introduce a la figura del árbitro y a los familiares, ya que anteriormente solo

se encontraban los propios jugadores junto a los entrenadores y los directivos (Cantón et al., 2011).

Los árbitros no reciben apenas enseñanza desde el punto de vista psicológico en su formación y durante su profesión, algo que sería clave para poder ver la motivación que tienen y los motivos en ocasiones de su abandono, así como algunos aspectos que puedan mejorar a la hora de controlar sus emociones e impulsos frente a insultos y amenazas. Por todo lo mencionado anteriormente y lo que veremos a continuación, considero que debería existir un cambio enorme en la formación que reciben los árbitros cada año, ya que les permitiría mejorar mentalmente a todos los colegiados que entran en el Comité Técnico de Árbitros (CTA).

Además de verle como una parte del deporte, también le debemos ver como un educador más, siempre en el mismo sentido en el que lo realicen los técnicos deportivos que entrenan a los jugadores de los equipos, ya que no pueden estar al margen de estos (Armas García y Brito Ojeda, 2010). Destaca este aspecto en las categorías inferiores al estar educando en valores como son el compañerismo y la salud física, además de explicarles las normas y el funcionamiento del fútbol. En el arbitraje aprendes valores como son el compañerismo y la dedicación, pero también, González-Oya (2006) resalta las cualidades personales y humanas como “la cooperación, el valor, la resolución o la perseverancia”. Es por este motivo por el que también he elegido esta investigación, ya que, en relación con el grado de Educación Primaria que pretendo compaginar con el arbitraje, veo una muy buena relación con el profesorado y me ayuda a entender cómo pueden actuar los alumnos dependiendo de la situación que se les presente. Además, encontrarme dentro del Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM) hace que tenga esa necesidad de conocer cómo se sienten de motivados mis compañeros de trabajo y cómo ven en el futuro su continuación dentro del Comité.

En suma, me resulta fundamental entender la figura del árbitro y sus necesidades psicológicas durante el desempeño de su profesión dado el estrés y ansiedad que pueden tener tras ser el “juez” en un partido lleno de tensión y emoción, con las consiguientes críticas que conlleva esto. Por esto, en esta investigación pretendo analizar lo que pueden llegar a sentir y cómo les puede afectar esa presión en su trabajo, provocando por ello en ocasiones su desmotivación, motivo por el cual muchos de ellos abandonan finalmente su profesión, y cómo podrían mejorar dicho estrés y motivación para mantenerse en el

Comité si tuviesen más formación-enseñanza desde el punto de vista psicológico donde les ayuden a gestionar sus emociones y a detectar las necesidades psicológicas de cada árbitro en concreto y los motivos de su desilusión en un deporte tan bonito y emocionante como es el fútbol.

## 2. MARCO TEÓRICO

En el presente marco teórico veremos los siguientes aspectos:

- 1) Figura del árbitro y su evolución.
- 2) Formación del árbitro.
- 3) Cualidades psicológicas del árbitro y la escasez de estas habilidades psicológicas en la formación.
- 4) Motivación del árbitro.
- 5) Motivos de inicio, mantenimiento y abandono del Comité Técnico de Árbitros.
- 6) Otros temas que tienen incidencia en estos aspectos como puede ser el nivel de activación óptimo del árbitro y la motivación intrínseca.

El árbitro, tal y como señala Martínez García (1998), es la persona que debe conseguir que el reglamento se acate y la encargada de solucionar los problemas que pueden surgir, tomando unas decisiones que son incuestionables.

Los árbitros de fútbol tienen su comienzo en 1863 en los llamados “hombres solos” (*umpire* en inglés). Primero, eran los capitanes de los equipos quienes tenían el deber de que el partido se desarrollase de forma correcta y después, se procedió a que fuesen unos mediadores que se encargasen de las controversias que surgían en el campo. Al principio existían dos árbitros en cada portería para contar los goles y en Cheltenham (Inglaterra) fue cuando se discutió la primera vez sobre la figura de un árbitro, disponiéndose que debía haber dos árbitros y otro fuera del campo para los conflictos más difíciles. Con el transcurso del tiempo, el árbitro se convirtió en la persona de referencia en un partido, de ahí su denominación de “*referee*” en 1871, acudiendo a él cuando los *umpires* tenían dudas. Dichos *umpires* se transforman en los actuales *linieres* (jueces de línea) en 1891. Es en 1896 donde se recoge por primera vez el reglamento de juego en la llama *Carta de Árbitros*. Resulta curioso como antiguamente eran los jugadores quienes pedían las sanciones levantando la mano y no el propio colegiado a iniciativa propia (Hernández Saavedra, 2010).

En principio, en el fútbol como en cualquier deporte, no sería plenamente necesaria la figura del árbitro como lo puede ser un juez en un juicio, sino que se podría desarrollar el partido sin él si hubiese generosidad y respeto entre los jugadores e intención por parte

de estos de cumplir el reglamento a la perfección. Pero como esto nunca pasa en la realidad, y menos en los deportes de alto nivel en los que hay gran interés socio-económico, la figura del árbitro se hace indiscutible, quedando lo más restringida posible su intervención, puesto que no debe ser lo destacable en el espectáculo. Alonso-Arbiol et al. (2006), también comparten esta necesidad e importancia del árbitro en los partidos, señalando que la figura del árbitro es clave en el ejercicio de las competiciones deportivas por ser un elemento imprescindible.

Cabe hacer mención a que el fútbol que nosotros conocemos tiene su transcendencia y actual forma a partir del siglo XVIII en las Islas Británicas (Hernández Galván, 2010).

Tal y como dice Martínez García (1998), para ser árbitro tienes que tener vocación, es decir, te debe gustar el deporte en sí, y para ser bueno en dicha profesión, debes tener una serie de cualidades intelectuales, morales y físicas. Ahora bien, antes de entrar en dichas cualidades, resulta fundamental hablar de la formación que recibe el árbitro, ya que es a través de ella por donde se adquieren esas habilidades.

Según González-Oya (2006), existe una formación basada en la enseñanza que recibes del comité y las delegaciones mediante las pruebas físicas-teóricas que realizan de forma periódica, en los entrenamientos y en los documentos que te facilitan, así como en los propios partidos que te asignan para arbitrar. Pero, por otra parte, dicha enseñanza se debe complementar con el trabajo y la implicación personal del árbitro y las ganas que tenga en aprender, puesto que una vez que el colegiado tiene las bases también depende de él el cómo las aproveche y se esfuerce.

La formación resulta clave en una profesión tan exigente y ascendente como es el arbitraje, siendo una herramienta muy útil para mejorar el rendimiento del arbitraje. En este sentido, resulta muy interesante el dato aportado en el “Programa de Intervención en Habilidades Psicológicas en el Arbitraje” (PIHPA) realizado por Alonso-Arbiol et al. (2006), programa que analizaremos con profundidad en el siguiente punto. El apunte que conviene traer a colación es la valoración que hicieron los árbitros donde apuntaron la conveniencia que supone seguir con la formación en su futuro y que el grado de utilidad más mayor se advierte a largo plazo.

Para que la formación que hemos visto resulte provechosa Alonso-Arbiol et al. (2006), destacan la necesidad de un planteamiento global que incorpore tanto una preparación técnica como una preparación psicológica. Esto es, si bien es cierto que para ser un buen árbitro son indispensables una serie de características como son conocer con profundidad el reglamento, buena forma física, posición correcta en el campo según el momento, visión y audición adecuadas, esto no es bastante para que el árbitro realice una actuación íntegra, sino que se necesitan otras habilidades de carácter psicológico para lograr la excelencia como son la concentración, confianza, decisión, tipos de comunicación interpersonal y control emocional.

Es en este sentido en el que si en algo coinciden muchos autores es en la carencia que hay en esta preparación psicológica. González-Oya (2006) recalca la poca enseñanza desde el punto de vista psicológico que se proporciona a los árbitros de fútbol en su formación, algo en lo que también coinciden Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002), los cuales indican que la psicología del deporte no ha empleado demasiado trabajo de indagación a examinar los aspectos psicológicos del arbitraje (2,6% del total de trabajos publicados de las revistas *International Journal of Sport Psychology* y *Journal of Sport Behavior* desde 1996 al 2000). Lo mismo señala Martínez García (1998) cuando habla de las cualidades del buen árbitro, siendo el aspecto físico lo que es considerado por el propio árbitro como aptitud más relevante del buen árbitro, algo que se puede ver en un seminario elaborado en la Universidad de Nottingham (Gran Bretaña) y que mencionan Friedman y Klein (1988) en su estudio, en el cual se señalan como aptitudes principales el conocimiento de las reglas, el estado físico y la personalidad. González-Oya y Dosil (2007) también destacan lo fundamental que es la psicología en los árbitros de fútbol y de como ellos mismos son conscientes de ello cuando manifiestan su nerviosismo antes del partido o sus errores cometidos en él, pero el problema es que no buscan asesoramiento psicológico, ya que no se llega a admitir lo necesario que es el “psicólogo del deporte” para entrenar la mente de los árbitros y para que sepan enfrentarse a los partidos que arbitran de la mejor manera, incrementándose con ello su productividad y su salud mental. Estos últimos autores hablan de un programa de entrenamiento mental progresivo durante toda la temporada. En las preparaciones de los árbitros para el partido se deben abordar todos los aspectos que afectan a su rendimiento: físicos, técnicos, tácticos y psicológicos. Al igual que Martínez García (1998), señalan al físico el aspecto

al que dedican la mayor parte de tiempo y lo que los propios árbitros consideran lo más importante.

González-Oya (2006) menciona tres aportaciones claves:

- Riera (1985) destaca aspectos que pueden ser muy útiles para ellos como son “factores psicológicos”, “enseñanza de discriminación”, “dinámica de competición” y “reducción de ansiedad”.
- Betancor (1999) hace hincapié en la importancia de cursos cortos basados más en la teoría que en la práctica (conocimiento de las reglas) mediante los cuales conozcan las reglas del arbitraje y cómo desarrollarlas, consiguiéndose así una formación multidisciplinar profesional.
- Garcés de los Fayos y Vives Benedicto (2003) afirman que no sólo vale preparar al árbitro física y técnicamente, sino que también se debe incluir el entreno psicológico debido a las carencias que hay en esto último, consiguiéndose con esto una formación integral. Dicha enseñanza psicológica se debe adaptar a cada árbitro en concreto, ya que cada uno tendrá unas capacidades, destrezas y limitaciones, y poseerá unas carencias u otras. Este curso debe tener aplicación práctica a diferencia del anterior que defendía más la teoría que la práctica, y debe durar un tiempo considerable para que dé tiempo a que se aprendan de forma completa los conocimientos, al contrario del curso propuesto por Betancor (1999). Importante el hecho de que la parte teórica de dicho curso pueda realizarse a distancia debido a lo habitual que es el hecho de que los árbitros tengan otro trabajo con el que lo compatibilicen, facilitándolo así a estos. Sin embargo, la práctica conviene que se realice en las propias delegaciones de los árbitros para no sacarles de su ámbito y no desanimarles.

Toda esta formación referente al ámbito educativo hay que complementarla con la formación en las propias delegaciones arbitrales, siendo muy común que haya convenios entre estas y universidades/empresas formativas para completar la enseñanza de forma satisfactoria. Con esto se consigue que determinados asuntos que antes no eran objeto de estudio, como puede ser el aspecto psicológico, se hayan convertido en materia obligatoria, estando en la mayoría de los cursos formativos.

Martínez García (1998), también hace una diferenciación entre varios autores y sus pensamientos diversos sobre la importancia del aspecto físico o psicológico,

mencionando a Cruz (1997), Weinberg y Richardson (1990) como defensores del primer aspecto al destacar como cualidades el conocimiento completo del reglamento, la buena forma física, el saber cómo colocarse en el campo y la responsabilidad. Como defensores del segundo aspecto, nombra a Ittenbach y Eller (1988) al recalcar como cualidades del buen árbitro la firmeza y rapidez de sus decisiones, la capacidad para relacionarse con los jugadores, el control emocional, la integridad, la confianza en sí mismo y la motivación. La clave sería una postura intermedia en la que se combinaran ambos aspectos tal y como hemos visto que han señalado Alonso-Arbiol et al. (2006), consiguiéndose así una función completa, y proponen una serie de indicadores para confeccionar esa intervención psicológica con son la denominación de la acción formativa, modalidad, duración, objetivos, contenidos, resultados esperables, colectivo al que se dirige, medios previstos, lugar de desarrollo, evaluación de la acción formativa y el calendario/horario de ejecución. Estos indicadores son los que se tuvieron en cuenta en la propuesta de trabajo de estos últimos autores y que resulta interesante analizar al tratar los temas objeto de esta investigación. Se trata de un “Programa de Intervención en Habilidades Psicológicas en el Arbitraje” (PIHPA) donde se consideraron tanto las necesidades propias de la situación como es la categoría deportiva, las demandas y los recursos de los participantes como su experiencia, rasgos personales o el control del estrés. Con este programa lo que se pretende es lo siguiente:

- a. Conocer las destrezas psicológicas básicas.
- b. Aprendizaje de esas destrezas y aplicación a las situaciones del arbitraje.
- c. Consolidación de las destrezas psicológicas obtenidas para implantar repertorios básicos de conducta en la conducta del arbitraje.

Su objetivo principal era, por tanto, desarrollar unas determinadas cualidades psicológicas imprescindibles para conseguir la excelencia arbitrando: control emocional, motivación estable, habilidades para comunicarse y autoconfianza. Estas mismas cualidades son las que mencionan también Izquierdo Ramírez y Rodríguez Pérez (2010), los cuales señalan que un árbitro debe tener una serie de competencias psicológicas básicas como son el autocontrol, la autoconfianza, la autoeficacia y la motivación, todas ellas ajustándose al árbitro en concreto en función de sus características. De la misma manera, González-Oya (2006) hace referencia a estas habilidades en su modelo educativo básico y que asimismo mencionan González-Oya y Dosil (2007), el cual es un modelo jerárquico que comprende

tres niveles con los que se conseguiría una formación completa en la que se compaginarían todos los aspectos de los que hemos hablado, de las destrezas psicológicas que debe tener un árbitro:

1. Nivel superior: comprende las competencias avanzadas: saber gestionar las emociones y decidir (“autocontrol” y “toma de decisiones”), siendo esta última la cúspide en el aspecto psicológico puesto que hace que el árbitro sepa aplicar un reglamento y tomar una decisión en base a ello en la práctica.
2. Nivel central: formado por las habilidades básicas que debe saber todo árbitro (concentración, atención, autoconfianza y comunicación).
3. Nivel inferior: compuesto por la motivación, el principal “motor del árbitro” y la clave para que pueda evolucionar en el resto de las habilidades. Dicha motivación influirá en la forma de desarrollar las competencias básicas del nivel anterior, por lo que la motivación, junto con la gestión del agotamiento, es el primer aspecto que debe entrenarse y que debe tener todo árbitro, puesto que el arbitraje es una de las profesiones más estresantes y agobiantes que hay por la presión que tienen en el propio partido por parte de jugadores, entrenadores y grada, y a veces por su propio entorno por comentarios acerca de su actuación. Todas estas circunstancias agobiarán al árbitro y pueden provocar su abandono, como veremos y profundizaremos posteriormente, por ello es tan importante entrenarlo y saber gestionarlo desde el principio. En este sentido, González-Oya y Dosil (2007) señalan como principales motivos de abandono de los árbitros esa presión, la ansiedad, el no confiar en sí mismos y el estrés.

Para ayudar a esa enseñanza psicológica, los programas de mediación psicológica con los árbitros pueden resultar muy útiles, destacando el programa ofrecido por Cantón et al. (2011), y consisten básicamente en que un tercero imparcial aplique técnicas de diálogo y cooperación para mejorar las relaciones interpersonales y ayudar a la solución.

Por ende, el ciclo del modelo educativo en lo que respecta a la psicología debe empezar por saber motivarles, ya que una vez motivados podrán desarrollar las habilidades básicas propias de todo árbitro, y tras ello, ir a las avanzadas y tomar sus propias decisiones, todo esto ajustándose a las necesidades de cada árbitro. Con todo esto, el árbitro irá evolucionando y cogiendo experiencia, ascendiendo y logrando cada vez más habilidades y competencias.

En la primera fase del árbitro, éste se prepara físicamente y conoce el reglamento, no sabiendo todavía aplicarlo del todo (habilidades físicas y técnicas) y no teniendo demasiado control sobre sus sentimientos, por lo que es una fase en la que destaca la emoción y los impulsos (habilidades psicológicas), pudiéndola llamar “fase de adaptación”.

En la segunda etapa, va teniendo cada vez más capacidad física y mejor aplicación del reglamento, consiguiendo ya las habilidades psicológicas básicas como es ese control de los impulsos, confianza en sí mismo, concentración y motivación.

En la última etapa, el árbitro ya sabe cómo utilizar del todo su cualidad física, conoce a la perfección el reglamento y prepara de forma mucho más sencilla los partidos, conociendo completamente las habilidades básicas y perfeccionando las avanzadas, en las cuales destaca el control sobre sí mismo (coloquialmente, a “tener sangre fría”).

Al igual que González-Oya (2006) distingue estas etapas para la adquisición de las habilidades psicológicas, en el Programa de Intervención en Habilidades Psicológicas en el Arbitraje” (PIHPA) Alonso-Arbiol et al. (2006), realizaron seis sesiones. En las últimas sesiones se trataron la autoconfianza, concentración, atención y habilidades de comunicación. Pero cabe destacar las dos primeras por el objeto de nuestra investigación:

- Sesión I. Motivación. En dicha clase el colegiado conocerá lo importancia que resulta mantener una alta y establece motivación en sus rendimientos deportivos, así como las distintas técnicas que pueden ayudarle a conseguir dicho objetivo: establecimiento de objetivos y matriz de decisiones.
- Sesión II. Control del nivel de activación. En esta sesión, el árbitro conocerá la relación que existe entre el nivel de activación y el rendimiento, su nivel óptimo de activación y las técnicas para controlar la activación: autochequeo del nivel de activación, relación progresiva y control de la respiración. Es sobre dicho nivel de activación del que hablan autores como Buceta Fernández et al. (2010) y Buceta y Bueno (2001):

Buceta Fernández et al. (2010) destacan las condiciones psicológicas que benefician su máxima productividad, siendo la activación general del organismo una contestación donde participan tanto el sistema nervioso central como el neurovegetativo. Si un árbitro

incrementa su activación general en un partido, su atención y observación estarán más vigilantes en torno a ciertos estímulos (disminuyendo otros), aumentará su tensión muscular y, por ende, su tasa cardíaca. Lo que está claro es que, si el colegiado tiene una activación demasiado alta, no va a poder gestionar todos los detalles al estar en demasiada tensión, agobio y preocupación; pero si la tiene muy baja, tendrá dispersa su atención y le costará más captar los estímulos clave en cada situación como las faltas o reacciones de los jugadores. Por ello, existe un nivel intermedio entre esos dos llamado “Nivel de Activación Óptimo” que ayuda a que el árbitro saque su máximo rendimiento dentro de sus posibilidades y que, por tanto, debe ajustarse a cada árbitro en concreto, puesto que a cada uno le beneficiará un grado de activación u otro para su funcionamiento físico y psicológico según su “*estado de fluidez*” en el cual el árbitro actúa física y psicológicamente de la mejor forma posible usando sin inconvenientes sus mejores capacidades en provecho de su rendimiento. Por ende, en esa enseñanza psicológica tan necesaria de la que hemos hablado que debe tener un árbitro debe incorporarse el que aprendan a identificar y regular su nivel de activación genérico para que empiecen el partido en su nivel de activación óptimo y continúen todo el partido con dicha activación. Los dos aspectos psicológicos que, según Buceta y Bueno (2001), tienen influencia en ese nivel de activación general del árbitro son la motivación y el estrés (Ejemplo de hipótesis: Si no hay motivación ni estrés la activación es baja y no se llega al nivel de activación óptimo). La ausencia de motivación puede provocar que no se llegue a ese nivel óptimo, por lo que resulta fundamental que sepan automotivarse con las tácticas psicológicas adecuadas o que tengan un apoyo psicológico del deporte que les ayude a ello.

Este apoyo y técnicas de autocontrol del estrés también ayudan a que el árbitro aprenda a gestionar el exceso de estrés, ya que es el motivo más común por lo que no llega a su nivel óptimo.

Lo que está claro, por tanto, es que las habilidades psicológicas son fundamentales para saber enfrentarse a situaciones que provoquen esa desmotivación y estrés, siendo clave en ello la autoconfianza, puesto que cuando el árbitro confía en sí mismo la motivación prevalece sobre el estrés y está menos preocupado antes del partido porque confía en que va a hacerlo bien, siendo más fácil conseguir el nivel óptimo de activación del que hemos hablado y controlando mejor las situaciones estresantes que puedan surgir en el partido.

Para conocer las necesidades psicológicas de los árbitros de alta competición, González-Oya (2006) hizo un estudio (1998-99) con varios árbitros principales y asistentes donde empleó dos cuestionarios respondidos de forma anónima: cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) realizado por Buceta Fernández, Gimeno et al. (1993) y el Cuestionario para Árbitros de Fútbol (CAF) por Buceta Fernández, del Pino et al (2010). El primero calcula el control del estrés, la influencia de la evaluación, la motivación, la habilidad mental, la cohesión de equipo y la relación con jugadores y entrenadores, aspectos psicológicos determinantes en el rendimiento de todo deportista. El segundo es más concreto sobre la psicología de los árbitros, hablando del autocontrol/impulsividad, evaluación social, ansiedad, control de pensamientos interferentes, relación con otros árbitros, jugadores y entrenadores. El resultado concluyó que en general el funcionamiento psicológico de los árbitros es correcto, sin embargo, tienen una serie de necesidades o carencias que pueden ser importantes en momentos críticos, por lo que es recomendable que realicen una evaluación psicológica “constructiva” para descubrir esas necesidades y recibir una ayuda especializada en función del caso concreto. Para conocer las fortalezas y las debilidades del árbitro, aparte de realizar pruebas teóricas, González-Oya y Dosil (2007) recalcan la importancia de observarles antes, durante y después de los partidos, hacerles entrevistas y mantener un contacto con ellos, aunque sea de forma electrónica para conocer cómo son realmente y recoger la información necesaria para entrenarles los puntos mentales fuertes y flojos. Los estudios sobre Psicología en el arbitraje no son más del 3% de los estudios hechos en el ámbito deportivo según Guillén García (2010).

Así las cosas, si en algo coinciden todos estos autores es en que la motivación es un aspecto psicológico clave para el árbitro, ya que es el determinante para que pueda desarrollar satisfactoriamente el resto de las competencias. En este sentido, Izquierdo Ramírez y Rodríguez Pérez (2010) tienen los mismos pensamientos al destacar esa motivación como un factor clave de la personalidad. Concretamente, estos autores, pretenden analizar dichas características mediante un estudio en el que han usado “La Escala de Personalidad PY – BTPD”, destacando dos dimensiones:

- Afectivo-emotiva, en la cual mencionan esos factores básicos de la personalidad en los que se encuentra dicha motivación clave y otros como pueden ser las expectativas de éxito, beneficios para la salud, bienestar, ansiedad y estrés.

- Cognitivo-contextual, hablando en ella de la percepción, decisión, anticipación y corrección de los errores.

A esta motivación se le deben añadir el resto de los aspectos, como pueden ser el saber autocontrolarse y gestionar sus emociones e impulsos; valorarse él mismo y saber de lo que puede conseguir, etc., siendo un aspecto fundamental y que puede provocar igualmente su desmotivación la ansiedad y el estrés que sufren los árbitros por los errores que puedan cometer en los partidos, la presión-tensión que sufren y las exigencias de la profesión. Dicha ansiedad, según la investigación de Davies y Armstrons (1991), encuentra su pico más alto justo antes de que comience el partido, puesto que una vez que ya se ha iniciado la espera ya ha acabado, y cuanto más esfuerzo físico realicen menos ansiedad tendrán, por ello se recomienda a los árbitros que sufren dicha ansiedad que antes del partido realicen un ejercicio potente para disminuirla y conseguir que vayan más relajados. Para afrontar esta ansiedad y este estrés Fernández Seara et al (1999) proponen estos programas (incluyendo este ejercicio físico previo al partido):

- Valorarse positivamente uno mismo.
- Organizar las actitudes favorables.
- Tener objetivos adecuados.
- Tener un programa de entrenamiento mental.
- Manejar técnicas de autocontrol (relajación) y cognitivo-conductuales.
- Neutralizar el estrés, los estímulos externos y los pensamientos negativos.
- Aprender las habilidades psicológicas de control.

La motivación, dicho en otras palabras, es la que consiste en que el árbitro debe saber por qué empieza en esa profesión y por qué quiere mantenerse ahí o por el contrario si se está planteando el abandonar, por lo que es fundamental que mantenga esa motivación alta y estable de la que hablan Alonso-Arbiol et al. (2006), para que no desee abandonar.

En dicha motivación, existen distintos estudios que veremos a continuación en los que se pueden apreciar diferentes razones por las que los árbitros deciden empezar su profesión, es decir, las motivaciones que los llevan adentrarse al arbitraje:

Izquierdo Ramírez y Rodríguez Pérez (2010) señalan varios subapartados que pueden llevar a esas decisiones:

- “Motivación narcisista”: el deseo del árbitro por querer enseñar sus condiciones físicas, sus habilidades y de lo que es capaz.
- “Afilación e integridad social”: pretende buscar en el arbitraje contactos sociales e integrarse en la sociedad.
- “Prestigio y Reconocimiento Social”: conseguir el éxito, para lo cual se marca unas expectativas que se basan en una relación de acción-resultado (Si x, entonces x).
- “Motivación de logro”: es una especie de meta personal en donde busca con el deporte su realización personal y conseguir las metas que se propone.

Antonelli y Salvini (1978) hablan de las motivaciones en el árbitro en concreto, señalando como primordiales sobresalir, ganas de destacar, ser visto, llamar la atención y escapar de lo habitual, así como superar su inseguridad mediante la notoriedad, aplausos de la multitud, abalanzas y decisiones autónomas.

González-Oya y Dosil (2007) también nos hablan de los motivos en general por lo que los árbitros se inician, se mantienen y abandonan la profesión, ocupando el porcentaje más alto de motivo por el que se introducen en el arbitraje la diversión (29,1%) según un estudio hecho en 2003-2004 con la respuesta de 220 árbitros de ente 11 y 49 años. El porcentaje más alto del porqué se mantienen es porque les sigue gustando (46, 4%) y el del porqué abandonan es por nada (14,1%).

De la misma forma, Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002) nos hablan de un estudio de árbitros de baloncesto de High School realizado en Colorado donde se señala que el 53% de los árbitros se adentraron en esta profesión por la afición al deporte, comunicarse con gente joven y conservar la forma física; mientras que en otro hecho en el Estado de Ohio se indicaron como razones la pasión por el deporte, el desafío, la emoción y el dinero. De manera similar, en el estudio realizado por Furst (1989, 1991) se señaló como motivo de inicio el impulso de algún familiar o amigo que ya era árbitro (55%), el interés personal o la motivación intrínseca (47%) y el dinero (20%). Las causas que los llevan a continuar en el arbitraje se destacan el desafío que conlleva, la competencia, el mantener la forma física, las amistades que se entablan, el compromiso, la ilusión y la pasión e interés por el deporte en general.

Marrero (1998) realiza un estudio con 1470 árbitros de fútbol en el que se encuentran, con una escala Likert de 5 puntos puntuados con media superior a 4,20, como

motivaciones más significativas el relacionarse con la gente (4,57), entender a los jugadores (4,44), escapar de la rutina (4,45), sobreponerse a las críticas (4,35), tomar decisiones propias complicadas (4,24), reconocer las críticas (4,24), divertirse (4,23) y saber gestionar situaciones (4,21).

Como aspectos negativos que disminuyen esa motivación se indican el tener que trasladarse de forma habitual (70%), el desprestigio social (56%), los conflictos familiares (41%) y el hecho de que las consideraciones de tipo político-administrativo no les posibilita llegar a sus metas como árbitros. El estrés y la ansiedad hacen que muchos árbitros abandonen la profesión, dada la presión y la responsabilidad que tienen durante los partidos, por ello es tan importante para un árbitro saber mantener la calma y el control en situaciones difíciles. El miedo a fracasar, a equivocarse en una falta, en un fuera de juego o en casos similares, a la incapacidad, insatisfacción personal o la pérdida del control e impotencia son factores que influyen en el estrés que sufre el árbitro y que si, se producen continuamente, provocarán su abandono por la fatiga y sensaciones negativas que tendrá (Weinberg y Richardson, 1990).

En la investigación de Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002) se pretende saber cuáles son esas motivaciones que llevan a los árbitros a iniciarse, mantenerse o abandonar la profesión, mediante las respuestas de 365 árbitros del Comité Técnico de Árbitros de Fútbol de Las Palmas, determinándose:

- Como motivos de inicio más altos, el conseguir metas/retos, superarse a sí mismo y el divertirse. Como motivos más bajos la influencia de los medios de comunicación.
- Como motivos de mantenimientos más altos, la pasión y el gusto por la profesión a pesar de las críticas, el sentirse cómodo con el resto de los árbitros, el tomar el arbitraje como “hobby” favorito y el deseo de continuar arbitrando de mayor, el evadirse de los problemas de la vida cotidiana cuando arbitran y las ganas de mejorar los aspectos técnicos. Como motivos bajos, el estar con las amistades y el arbitraje como “válvula de escape”.
- Como motivos de abandono se señalan la presión social, los nervios, los problemas con los compañeros, la incompatibilidad con otros estudios, lesiones, falta de motivación, entre otros.

Cabrera Suárez et al. (2010), por su parte, distinguen que las causas o las motivaciones que hacen que un árbitro entre a esa profesión son, por regla general, el éxito, afiliación, progreso en las habilidades, ambiente de equipo, salud-físico, aceptación social, recalcando que dichos motivos no suelen variar, aunque estemos ante deportes individuales o colectivos. Donde sí conviene hacer unas aclaraciones es el tema del sexo y la de edad:

En cuanto a la edad, Cabrera Suárez et al. (2010) nos exponen que la mayoría de los adolescentes se introducen en el mundo del árbitro por el motivo de la afiliación, hacer amistades, tener contactos, ampliar su círculo social, lo que determina la amistad como un factor clave para entrar en el deporte. Asimismo, muchos buscan conseguir un apoyo emocional, comparar sus destrezas con las de los demás o conseguir elogios. En el deporte infantil, les ayuda para ver y pulir sus destrezas físicas, conseguir amistades y compararse con el resto de sus compañeros, viendo lo que él mismo es capaz. Ya más mayores, en el resto de sus etapas, los estudios muestran como muchos deportistas abandonan el deporte solo a los 17 años, bien porque cambian sus intereses, sus ambiciones, por la presión familiar-social o, sobre todo, por la ausencia de satisfacción. A la gente anciana el deporte le ayuda a divertirse, distraerse y emocionarse, no buscan tanto la salud con ello.

En lo que respecta al sexo, para los hombres es más importante la competitividad, el triunfo, la mejora del aspecto físico y aspectos sociales, pero las mujeres priorizan su aspecto físico y aspectos sociales. Lo que es común en los dos sexos es la salud física, desarrollo de sus habilidades y el trabajo en equipo.

Tras ver los distintos motivos por los que los autores analizados señalan el iniciarse al arbitraje, podemos comprobar como solamente Furst (1989, 1991) menciona la economía con un 20%, algo que puede parecer chocante debido al elevado salario que perciben como colegiados, sobre todo aquellos que se encuentran en las categorías superiores de dicho deporte. Una de las causas por las que puede suceder esto es, tal y como dicen Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002), que el dinero que perciben no compensa por el sacrificio que requiere dicho trabajo. Otra razón puede ser, según Alonso-Arbiol et al. (2008), porque al comienzo del arbitraje se gana muy poco dinero, sobre todo en las categorías inferiores. En este sentido y por experiencia propia, así como por numerosos blogs de árbitros de fútbol, la retribución media que perciben estos en las últimas

categorías mencionadas es de 30 euros por partido, lo que hace un total de 480 euros al mes debido a que se suele asignar cuatro encuentros cada fin de semana.

En lo que respecta a las categorías de LaLiga Santander (1ª división) y LaLiga SmartBank (2ª división), podemos apreciar una gran diferencia en cuanto a dicha retribución, siendo de una media de 296.000 euros en 1ª división y de 163.000 euros en 2ª división, siempre hablando de los árbitros principales, puesto que los asistentes tienen un salario de 145.000 euros en 1ª división y 80.000 en 2ª división. Estas cantidades de las que hemos hablado se componen, por una parte, de una cantidad fija de unos 115.000 anuales y de una variable que consiste en 4.000 por partido.

Otro dato que destacar en cuanto a la economía arbitral es la distinción existente entre los hombres y las mujeres en el arbitraje, habiendo una diferencia de 3.830 euros por partido entre la 1ª división de ambos géneros, ya que estas cobran en torno a 170 euros por dicho encuentro en la 1ª división de fútbol femenino, mientras que los árbitros de 1ª división de fútbol masculino reciben en sus cuentas 4.000 euros.

Veremos estos aspectos de forma esquematizada en la siguiente tabla donde podremos apreciar dichos sueldos dependiendo de la categoría a la que pertenezca:

CATEGORÍA	SUELDO POR PARTIDO
Fútbol-7	15 €
Alevín	35,50 €
Infantil	37 €
Cadete	38 €
Juvenil	40 €
Liga Iberdrola (1ª división femenina)	170 €
LaLiga Smartbank (2ª división)	2.000 €
LaLiga Santander (1ª división)	4.000 €

**Gráfico 1. Retribuciones por partido dependiendo de la categoría.**

Alonso-Arbiol et al. (2008) no nos hablan tanto de esos factores que inciden en la motivación de los árbitros sino más bien de las motivaciones que pueden aparecer en algunas ocasiones desde una perspectiva cualitativa. Si buscamos los motivos que llevan

al abandono de los árbitros, es conveniente completar las muestras de árbitros que están en activo con los que ya han abandonado. Además, incluyen las motivaciones de árbitras mujeres, árbitros asistentes...los que han recibido menos estudio. Para ello, dichos autores realizan un método con 19 ex árbitros (16 hombres y 3 mujeres) del Comité Técnico de Árbitros de Guipúzcoa donde se recogieron como motivaciones de inicio la existencia de un familiar o amigo árbitro, la vocación desde pequeño y anuncios de periódicos; como motivos de mantenimiento el dinero y las relaciones de amistad; y como motivos de abandono la exigencia, la edad o las lesiones, señalando los propios ex árbitros linieres que no tenían presión a diferencia de los principales.

La motivación, por tanto, se puede entender, según Cabrera Suárez et al. (2010), como “conjunto de procesos impulsores y orientadores que son determinantes para la elección y para la intensidad de la actualización de las tendencias de la conducta” o, dicho en otras palabras, “el porqué del comportamiento”.

En el estudio de la motivación, estos autores distinguen tres enfoques, coincidiendo la mayoría de las tendencias en que se tienen en cuenta aspectos cognitivos cuando se estudia la motivación:

1. Mecanicista: disminución de estimulación interna.
2. Cognitivo: logro de información; autorrealización, mejor del yo.
3. Mixto: disminución de impulsos instintivos; rehabilitación del equilibrio de las áreas psicológicas; aumento de positividad y disminución de negatividad; complacencia de las necesidades.

Weiner (1972) señala que las búsquedas sobre estos enfoques han manifestado lo siguiente:

- El hombre es racional, por lo que puede controlar la ansiedad mediante estrategias sensatas.
- El hombre es irracional ya que tiene motivaciones/metast imprudentes.
- El hombre busca el gozo máximo y el mínimo dolor.

Así las cosas, hay dos objetivos claves por lo que es importante la motivación en el deporte, y hablando en concreto del caso que nos ocupa, el arbitraje, serían estos dos: las

relaciones que hay entre dicha motivación y el rendimiento; y la relación de motivación-satisfacción-abandono en el comité.

En este sentido, según Cabrera Suárez et al. (2010), el significado de la intensidad de la motivación es la activación. Su estudio se recoge en la llamada “Teoría del Impulso”, la cual se compone de dos posiciones: una primera en la que se establece que cuanto más motivación más rendimiento del deportista, habiendo una relación lineal (Drive); y una segunda defiende, sin embargo, una relación curvilínea (U invertida), según la cual todos los niveles de la activación, tanto los bajos como los altos, se relacionan con un nivel del rendimiento deportivo bajo (Ley de Yerkes-Dodson).

Después de varias investigaciones con las que se pretendía descubrir cuál de los dos puntos de vista era el adecuado, se llegó a la conclusión de que las dos son apropiadas, actuando en ellas variables como son el modelo de comportamiento ejecutado (Oxendine) y el nivel de maestría que se posee durante el desarrollo de la habilidad (Suinn). Ambas variables deben relacionarse y deben adecuarse al nivel de activación del deportista, siendo éste el encargado de llegar a su nivel de motivación óptima. Se entiende que el árbitro que consiga disminuir su nivel de activación en las situaciones importantes antes de arbitrar triunfará más que el que no lo hace.

Para determinar cuál es dicho nivel de motivación óptimo hay que tener en cuenta la labor específica que se ordena, el nivel de realización oportuno y el control del nivel de activación del árbitro. Unas de las mejores tácticas que existen para entrenar ese nivel motivacional son:

- Establecimiento de metas altas pero que puedan alcanzarse.
- Refuerzo y retroalimentación adecuado.
- Entrenamientos individualizados e impulso del autocontrol.
- Ejercicios prácticos.
- Promoción de la autoconfianza.
- Estimulación de la Motivación Intrínseca (en adelante, MI), la cual es la clave para lograr mantener la conducta deportiva y el rendimiento del árbitro, pero que también se puede ir si se promueven mucho las recompensas externas. La continuidad deportiva, por tanto, tiene una gran relación con la motivación como veremos en el siguiente y último aspecto.

González-Oya y Dosil (2007) distinguen entre esta MI (superación de metas, mejoramiento, disfrutar, conseguir objetivos) y la extrínseca (dinero, alabanzas, elogios, ascensos, reconocimiento social).

Como hemos dicho, la motivación afecta enormemente a la continuación del deporte, siendo relevante en ella la MI que hemos mencionado anteriormente. Dicha MI, según Deci (1975), se puede ver afectada por las recompensas de dos formas: la MI aumentará si dichas recompensas hacen que el árbitro sienta que tiene una mayor competencia (utilidad informativa) y la MI bajará si el árbitro nota una variación del control de interno a externo. La orientación o perspectiva de la meta dirigida a la tarea es fundamental en este sentido, ya que te implicas más y tienes mayor sentimiento de logro, lo que perjudicará al árbitro es una perspectiva de la meta a la competitividad, ya que te valorarás menos tú mismo, te creerás que si tienes destreza vas a triunfar y tendrás una presión que hará que te diviertas menos arbitrando, lo que llevará al abandono del comité.

Para mejorar la motivación González-Oya y Dosil (2007) mencionan técnicas como marcarse objetivos, unos objetivos concretos, difíciles, pero que puedan conseguirse, y que se dirijan a mejorar el rendimiento, no el resultado. La clave es que el árbitro marque sus objetivos a corto, medio y largo plazo y que los vaya anotando, así como la fecha en la que pretende cumplirlos y el grado del cumplimiento.

Para contribuir a la continuación deportiva, también es muy importante, según este último autor, la enseñanza y la orientación que te proporcionan tus padres cuando empiezas en el deporte, debiendo incluir dicho entrenamiento vocacional aspectos como buen ambiente, apoyo, esfuerzo, capacidad, progreso, etc. Por ende, son imprescindibles tanto la fomentación de la MI y de la orientación a metas basadas en aprender y no a triunfar de forma extrínseca.

En suma, hemos podido ver los siguientes puntos:

- La importancia que tiene una formación completa en la figura del árbitro donde se compagine el aspecto físico y el psicológico, ya que cuando el colegiado tiene bien entrenados ambos aspectos es mucho más sencillo que consiga la excelencia consigo mismo y en el propio partido que arbitre.

- La motivación es lo primero que debe entrenar el árbitro ya que, si tiene dicha motivación, la sabe mantener y gestionar de forma correcta, podrá alcanzar el resto de las habilidades psicológicas superiores.
- Existen varios motivos comunes de inicio en el arbitraje como puede ser el deporte, las amistades y el éxito.
- En cuanto a los motivos de abandono, resulta muy habitual el estrés y la presión que recibe en su trabajo, por ello es tan importante mantener el nivel de activación óptimo y un buen asesoramiento psicológico.

### 3. OBJETIVOS E HIPÓTESIS

Existen un gran número de trabajos de investigación sobre el fútbol que se han llevado a cabo en otros países y en otros deportes. En España concretamente, se han desarrollado en muchas comunidades y provincias distintas a la de la capital. En este estudio que planteo, nos centraremos en la motivación que muestran los árbitros de la Comunidad de Madrid en activo y retirados a lo largo de su carrera profesional.

Los **objetivos** son las metas que se marca el investigador como propósitos de la investigación. El objetivo principal de la presente investigación es mostrar las motivaciones de los árbitros de fútbol, consiguiendo perfiles genéricos sobre los diferentes aspectos motivacionales y examinando los distintos factores que llevan al colegiado a iniciarse, mantenerse o abandonar el arbitraje.

Como objetivos específicos, tenemos los siguientes:

- Propiciar la enseñanza psicológica de los árbitros de fútbol.
- Entender la importancia del aspecto psicológico en la formación del colegiado.
- Analizar el nexo existente entre una buena preparación psicológica y una buena motivación del árbitro a lo largo de su carrera.
- Conocer la relación entre el nivel de activación del colegiado con la motivación.
- Contribuir al aumento de mujeres árbitras, incluyéndolas en el cuestionario.

Las **hipótesis** son unas respuestas hipotéticas y tentativas a nuestras preguntas, que esperamos confirmar con esta investigación. En cuanto a las hipótesis que me planteo sobre los posibles resultados de esta investigación encontraríamos las siguientes:

- 1) Cuantas más habilidades psicológicas posean los árbitros, mayor será la motivación que tengan para mantenerse en los terrenos de juego.
- 2) Cuanta más motivación tenga el colegiado, menos razones tendrá para abandonar el arbitraje.
- 3) El aspecto físico en la formación del árbitro podría no guardar relación con el aspecto psicológico ni deben complementarse.
- 4) El nivel de activación del árbitro podría aumentar cuando la motivación disminuye.

- 5) Cuanta menos ayuda psicológica se le otorgue al colegiado, mayor frustración y desconfianza en uno mismo posee.
- 6) La falta de habilidades psicológicas conlleva la pérdida de las habilidades físicas y técnicas de los árbitros.
- 7) Los árbitros de las categorías inferiores (Cursillistas, Fútbol-7, Juveniles y Aficionados) reciben menos ayuda psicológica que los árbitros de las categorías principales (Segunda y Primera Regional, 3ª, 2ª y 1ª RFEF, LaLiga Smartbank y LaLiga Santander).

## 4. MÉTODO

### 4.1 PARTICIPANTES

La muestra está formada por 213 miembros y exmiembros del colectivo arbitral (176 hombres y 37 mujeres) pertenecientes al Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM) distribuidos según las categorías y funciones, los cuales han participado en el cuestionario y en el que la totalidad de los presentes han respondido voluntariamente. El Gráfico 2 recoge las distintas secciones del arbitraje que encontramos en esta investigación.

DIVISIONES	MUESTRA
Cursillistas	33
Fútbol-7	83
Juveniles	55
Aficionados	19
Segunda Regional	9
Primera Regional	5
3ª RFEF	4
2ª RFEF	1
1ª RFEF	1
LaLiga Smartbank (2ª división)	1
LaLiga Santander (1ª división)	2

#### Gráfico 2. Tabla de muestra por divisiones.

En las características de los participantes no tendremos en cuenta la edad puesto que no han mostrado que sea un aspecto relevante para conocer sus motivaciones. Los criterios para formar parte de la muestra son tres:

- 1) Pertenecer al Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM),
- 2) en caso de haber abandonado el arbitraje, que sea en los últimos 5 años antes de la investigación, y
- 3) de haber abandonado la práctica arbitral, que sea de forma voluntaria sin ser despedido por parte del Comité.

Una vez que contactamos con los árbitros participantes de forma aleatoria, se les envió el cuestionario.

## **4.2 INSTRUMENTO**

Se ha empleado un cuestionario *ad hoc*, es decir, de creación propia, ya que creo conocer las razones por las que pueden sentirse motivados para iniciarse, mantenerse o abandonar el arbitraje debido a que me encuentro dentro del Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM) desde hace 3 años.

Este cuestionario se elaboró siguiendo el siguiente guion:

- 1) Demografía: que pertenezcan o no a la Comunidad de Madrid.
- 2) Categoría: categoría a la que corresponden o última en la que han ejercido. Al inicio del cuestionario que hemos realizado a todos los árbitros de la Comunidad de Madrid, empezaremos conociendo las distintas categorías a las que pertenecen cada uno de los árbitros participantes de esta investigación.
- 3) Motivación: distintos aspectos motivacionales de inicio, mantenimiento y abandono del arbitraje.
- 4) Controversias: existencias de problemas en el entorno familiar más cercano.

Este cuestionario será dividido en tres secciones (Ver Anexo 2).

Se llevó a cabo en la plataforma de “Google Formularios”, la cual se maneja con facilidad y es accesible a todos los entrevistados. Para que las respuestas de dichos intervinientes fuesen lo más concretas posibles, se llegó a la conclusión de que éstas iban a ser cerradas y de única elección. Gracias a esto, podremos realizar unos gráficos para obtener de forma más visual los resultados de la investigación que se ha llevado a cabo.

## **4.3 PROCEDIMIENTO**

La selección de los árbitros fue totalmente aleatoria. Para ello, decidí escribir al Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM) y ponerme en contacto con el presidente de dicho Comité para ver si había la posibilidad de enviar dicho cuestionario a los distintos árbitros que pertenezcan a cada delegación de la Comunidad Autónoma (ver Anexo 1).

Tras varios intentos sin recibir respuesta ninguna por parte del comité y, por lo tanto, no tener acceso ni posibilidad a una base de datos y contactos mucho más amplia, finalmente tomé la decisión de hablar con aquellos árbitros de fútbol que conocía y gracias a ellos conseguí llegar a un mayor número de colegiados. Con ello, obtuve las respuestas necesarias para el desarrollo de esta investigación. No obstante, habría sido más plausible obtener un mayor número de muestra, pero con las logradas durante estos cuatro meses tenemos las necesarias para poder llevar a cabo dicha investigación.

#### ***4.4 ANÁLISIS DE DATOS***

En este apartado hablaré de las variables que hemos observado a lo largo del trabajo, las cuales analizaré de forma real y no hipotética al no tratarse de una investigación con unos resultados hipotéticos, sino que obtuvimos unos resultados reales por parte de los 213 entrevistados (ver Gráfico 3).

Las variables son unas características que pueden cambiar de un sujeto a otro, siendo la unidad básica que medimos en los sujetos. Analizando las variables de mi investigación, podemos concluir lo siguiente:

Hemos seguido el método de Stevens (1946, 1957), el cual estableció que las escalas de medición se clasifican en cuatro grupos: nominal, ordinal, intervalo y de razón. Todas las variables de esta investigación son de tipo nominal menos el nivel socio-económico que es ordinal. Las nominales no llevan un orden establecido, sino que son iguales o distintas, a diferencia de la ordinal que permite jerarquizar, estableciendo una relación entre valores igual, distinta, mayor que o menor que.

Por su naturaleza, todas las variables con cualitativas puesto que se basan en atributos que no pueden ser medidos por números y de categoría dicotómicas al haber dos valores posibles, salvo la del nivel socio-económico que muestra tres valores y por tanto es politómica.

<i>Variable</i>	<i>Medida</i>	<i>Forma de recogida</i>	<i>Tipo de variable (Stevens)</i>
Experiencia previa como futbolista	Sí/No	Cuestionario	Nominal
Mismo conocimiento del reglamento.	Sí/No	Cuestionario	Nominal
Nivel socio-económico	Bajo/Medio/Alto	Entrevista	Ordinal
Sexo	Masculino/Femenino	Entrevista	Nominal

**Gráfico 3. Variables observadas a lo largo del trabajo.**

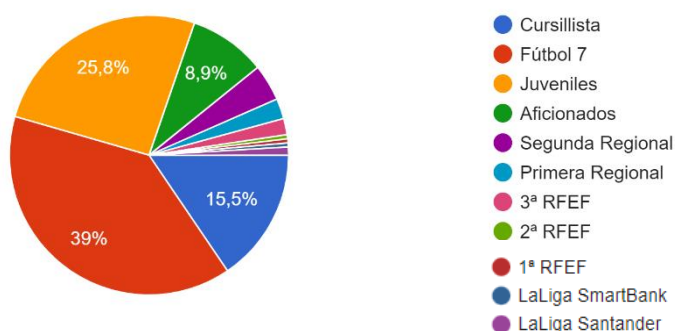
## 5. RESULTADOS

En este apartado hablaremos de los datos que hemos obtenido a la hora de recibir la respuesta de los árbitros del Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM) al cuestionario. Para poder observar las respuestas colocaré los gráficos de los resultados obtenidos, divididos en las secciones que han sido mostradas en el Anexo 2.

### Perfiles generales de lo árbitros de fútbol

La elaboración de dichos perfiles se hizo considerando las respuestas a las preguntas del cuestionario. Así, en la primera pregunta del cuestionario correspondiente a las “Categorías a las que pertenecen los participantes” (Gráfico 4) para obtener el perfil general de los árbitros de esta investigación sobresalen dos ítems: “Fútbol 7” (39%) y “Juveniles” (25,8%). El aspecto a destacar en este sentido es que la mayoría de los participantes del cuestionario corresponden a las categorías inferiores, puesto que siguen a los primeros los “Cursillista” (15,5%) y “Aficionados” (8,9%). Como valores más bajos, con menos de un 1% encontramos las categorías superiores como 1ª RFEF, 2ª RFEF o 3ª RFEF. Esto se debe a la dificultad de poder contactar con árbitros de gran nivel, ya que o no disponen de tiempo para poder responderlo o, simplemente, no creen que sea necesario realizarlo.

Categoría a la que perteneces:  
213 respuestas

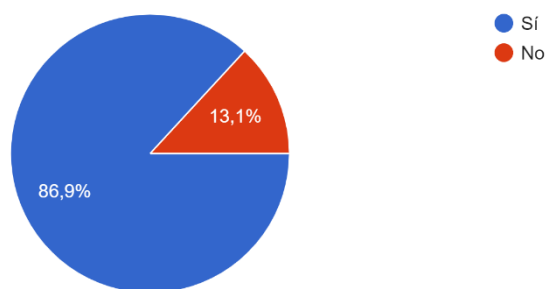


**Gráfico 4. Categorías a las que pertenecen los árbitros entrevistados.**

En la pregunta relativa a “¿Has tenido experiencia futbolística previa?” (ver Gráfico 5), que compone la primera sección de la investigación llamada “Iniciación en el arbitraje”, la mayoría de los entrevistados han jugado previamente como futbolistas antes de adentrarse al arbitraje (más del 85%). Esto puede explicar que uno de los mayores motivos de iniciación como árbitro es que te guste el deporte en general, ya que, como ha indicado Martínez García (1998), para ser colegiado tienes que tener vocación por el deporte en general, por lo que si anteriormente has sido futbolista es más sencillo que te adentres en ese mundo.

En este sentido, en el estudio High School realizado en Colorado del que nos han hablado Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002), establecieron la afición por el deporte como un aspecto fundamental para iniciarse en esta profesión.

¿Has tenido experiencia previa como futbolista?  
213 respuestas

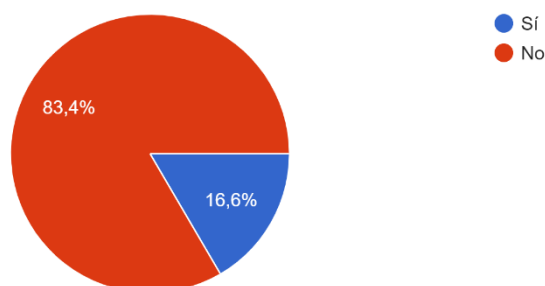


### **Gráfico 5. Representación gráfica de la experiencia de los entrevistados.**

Con relación a la anterior respuesta, la siguiente pregunta versaba sobre los conocimientos del reglamento en ambas situaciones (ver Gráfico 6): tanto de futbolista como de árbitro, obteniendo asimismo una respuesta mayoritaria, pero, al contrario, ya que más del 80% (83,4%) respondía que los conocimientos obtenidos sobre el reglamento no eran los mismos como futbolista que como colegiado. En este sentido, podemos observar la importancia de conocer bien un reglamento para poder ejercer con excelencia las funciones que exige una profesión tan controvertida como es el arbitraje, tal y como señala Alonso-Arbiol et al. (2006). El hecho de que tengan más conocimiento como árbitros que como futbolistas muestra el empeño en la formación teórica del árbitro mucho más que la psicológica.

En caso afirmativo, ¿tenías el mismo conocimiento del reglamento como futbolista que como árbitro?

193 respuestas



**Gráfico 6. Mismos conocimientos del reglamento como futbolista que como árbitro.**

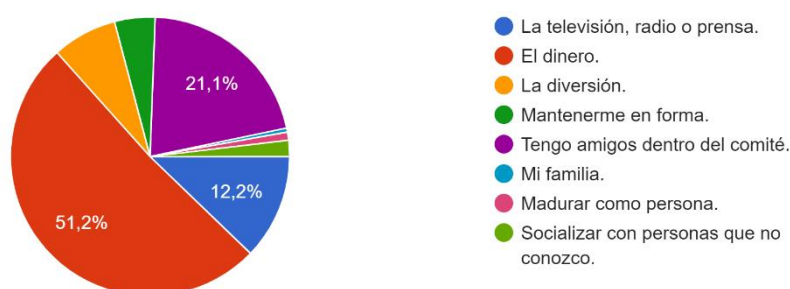
En el cuestionario de “Inicio” (ver Gráfico 7) sobresale la respuesta “El dinero” por encima del resto con más de un 50% (51,2%). El hecho de que las principales motivaciones que les han movido a estos árbitros a la hora de iniciarse en el mundo del arbitraje sea la razón económica es algo destacable puesto que del resto de estudios analizados solo en uno, en el de Furst (1989, 1991), lo menciona con un 20%. El resto ni lo nombraban o alcanzaban medias muy bajas. Esto se debe a que, como hemos visto en el Gráfico 4, la mayoría de los participantes son de categorías de edades inferiores y pueden ver el dinero como un incentivo, aunque sea un salario no muy alto según Alonso-Arbiol et al. (2008) y por propia experiencia. En cambio, los colegiados de categorías superiores, aunque perciben una retribución mucho más alta, no ven este motivo como un motivo principal debido a que, tras muchos más años de ejercicio, puede no compensarles lo que se gana con lo que llevan sufriendo tanto tiempo, tal y como analizó Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002).

Si en algo se coincide con otros autores es entorno al motivo “Tengo amigos dentro del comité” que le sigue con un 21,1%, algo similar a lo que señaló Furst (1989, 1991) cuando habló como causa de inicio conocer a alguien que ya era árbitro con un 55%, pudiendo apreciar la diferencia. Le sigue “La televisión, radio o prensa” con un 12,2%, motivo que en nuestros autores no han considerado apenas, puesto que la única mención a la televisión, prensa y radio (medios de comunicación) la hace Marrero Rodríguez y

Gutiérrez Ascanio (2002), con medias muy bajas inferiores al 2. Seguidamente encontramos “Diversión” (7,5%), al igual que señaló González-Oya y Dosil (2007) con un 29,1% como motivo más alto de iniciación. Se deja algo de lado la “Amistad” en esta investigación por parte de los participantes al no llegar ni al 2%. Esto resulta algo chocante puesto que esta última causa es muy común en esta profesión dadas las relaciones que entablas en ella, por ello Izquierdo Ramírez y Rodríguez Pérez (2010) hablan de la intención de búsquedas de contactos sociales e integrarse en la sociedad (hacer amistades) como uno de los principales motivos de inicio, al igual que Marrero (1998), señalándolo como la motivación más significativa, y que Cabrera Suárez et al. (2010).

Lo más destacable es la poca importancia que le da la familia al mundo del árbitro, ya que se encuentra el menos votado con un 0,5%, al igual que en el resto de los estudios analizados que apenas la mencionan.

¿Qué te motivó para iniciar en el mundo del arbitraje y unirme al comité? (Selecciona una)  
213 respuestas

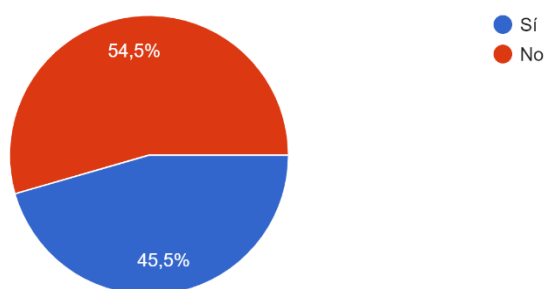


**Gráfico 7. Diferentes motivos que propiciaron el inicio del arbitraje.**

La respuesta obtenida en la cuestión “¿Al entrar al arbitraje tuviste problemas con el entorno más cercano?” (ver Gráfico 8) se encuentra directamente conectada con la escasa votación que se ha obtenido sobre la familia como motivación de inicio del arbitraje como hemos visto en la anterior pregunta, puesto que, si tu entorno más cercano no está relacionado con ese mundo o no ha tenido nada que ver en su decisión, no va a entrar en conflictos sobre ese tema. De todas maneras, el sí gana solo con un 54,5%,

diferenciándose solo con un 9% respecto al que no (45,5%), por lo que es normal que en una profesión tan problemática haya ciertos choques a veces con tu entorno más cercano, haya influido o no tu familia, así como cierto temor por parte de ésta.

¿Al entrar en el mundo del arbitraje, provocó problemas en tu entorno más cercano?  
213 respuestas



**Gráfico 8. Representación gráfica de si existieron problemas al inicio y entrada en el Comité.**

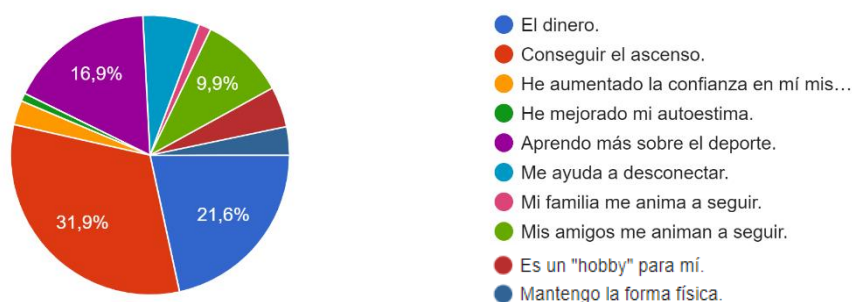
En el cuestionario del “Mantenimiento” (ver Gráfico 9), y entrando en la segunda sección del cuestionario, se han obtenido resultados parecidos, de tal manera que no se muestra ninguno con más del 40%; la respuesta que ha recibido mayores votos es “Conseguir el ascenso” (31,5%), algo similar a la búsqueda del éxito que comentan Izquierdo Ramírez y Rodríguez Pérez (2010). Le sigue de muy cerca la causa del dinero con un 21,6%.

Por otro lado, encontramos la media más baja en “He mejorado mi autoestima” (0,9%), siguiéndole “Mi familia me anima a seguir” (1,4%). Como podemos ver, vuelve a salir el aspecto del dinero como motivo más alto y el de la familia como uno de los más bajos.

En esta pregunta cabe destacar el motivo más bajo respondido, el de la autoestima, mostrándose así la escasa enseñanza psicológica en la formación de los colegiados, algo muy importante para que el árbitro quisiese continuar en el Comité o no llegara a abandonar como veremos en la siguiente pregunta (ver Gráfico 10).

Asimismo, caben destacar los motivos más altos, el ascenso y el dinero, coincidiendo con las ganas de sobresalir como dicen algunos autores y el dinero que hemos visto como aspecto mayoritario de inicio.

¿Qué te motiva a mantenerte en el comité?  
213 respuestas



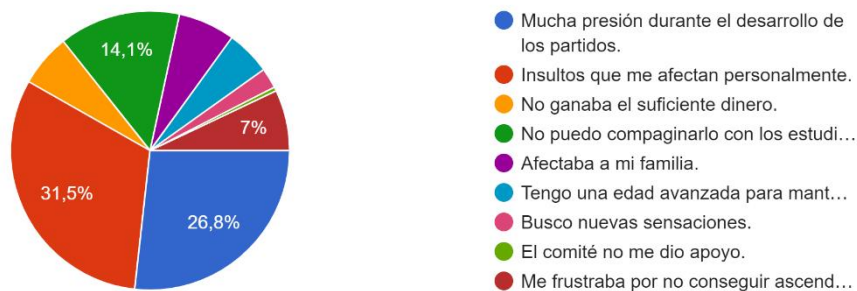
**Gráfico 9. La motivación para mantenerse dentro del comité.**

En el cuestionario de “Abandono” (ver Gráfico 10) nos adentraremos ya en la tercera sección y destacaremos las dos primeras respuestas mayoritarias, por la relación existente con la formación psicológica de la que tanto hemos hablado: “Los insultos que me afectan personalmente” con un 31,5% y “Mucha presión durante el desarrollo de los partidos” con un 26,8%. Todas estas críticas y presión recibidas por el colegiado hacen que éste no tenga una autoestima alta como hemos visto en la anterior pregunta (ver Gráfico 9) y que tengan el desprestigio social que comenta Marrero (1998), generándose un estrés y ansiedad para nada recomendables como hemos visto.

Los problemas psicológicos que se sufren en los campos de fútbol son los principales motivos de abandono, algo que podría cambiar si se diese una mayor enseñanza de la psicología en la figura del árbitro durante toda su carrera profesional.

¿Cuáles son o serían los motivos para abandonar los campos de fútbol?

213 respuestas

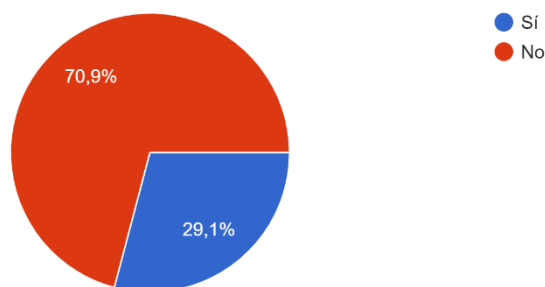


**Gráfico 10. Motivos que provocaron o podrían provocar el abandono.**

Por último, y hablando solo de los colegiados que han abandonado el arbitraje, en el cuestionario de si éstos volviesen o no (ver Gráfico 11) el análisis ha relevado que un 70,9% no regresaría a la profesión, algo muy llamativo. El motivo de esto pueden ser los problemas que hemos analizado en la pregunta anterior (ver Gráfico 10) como motivos de abandono.

Si has abandonado o abandonarás el arbitraje, ¿volverías?

213 respuestas



**Gráfico 11. Representación de si los árbitros entrevistados volverían o no al Comité.**

## **6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

Tras la elaboración de este trabajo, lo que he podido sacar en claro es que el árbitro es una figura muy controvertida en todos los deportes, pero a la vez necesaria para el desarrollo de estos. Junto a ello, pienso que el árbitro debe mostrar la vocación y las ganas de realizar su trabajo, al igual que un profesor en las aulas con sus alumnos.

Está claro que, para ser buen árbitro, al igual que en toda profesión hay un factor clave, la formación, la cual depende del comité y de tu implicación. Por ende, resulta importante cumplir con las pruebas y exámenes de comité y, a parte, tu propia preparación y búsqueda fuera del ámbito del comité.

A parte de esta formación tan necesaria de la que hemos hablado en el marco teórico, debes tener una serie de valores básicos como es la perseverancia, ya que tienes que entrenar de forma consistente para ascender de nivel y mejorar en ello. El valor de la cooperación lo asociaría más que al árbitro en sí, al aspecto del entrenador de fútbol puesto que debes conseguir un vínculo en el equipo para que funcione, algo que conviene traer a colación puesto que la base de esta profesión es el deporte.

Cuando un árbitro tiene presentes estos valores, es decir, la dedicación, el esfuerzo y la colaboración entre los equipos que disputan el partido, se convierte en el modelo perfecto para transmitirlos a los jugadores e intentar que estén presentes en el transcurso de este.

Por ende, es primordial la formación que recibe el árbitro, debiendo saber que este no es bueno en esta profesión simplemente por “pitar” en un partido al igual que un profesor no es buen profesor por leer un libro a los alumnos, un juez no es buen juez por dictar una sentencia, un jefe de una empresa no es buen jefe por mandar a los empleados, sino que debe tener las bases necesarias para poder argumentar las decisiones que tome.

En esa formación resulta fundamental entrenar el aspecto psicológico, algo que cada vez siendo más común como ha quedado demostrado, habiendo visto lo necesario que es que un árbitro reciba una buena psicología dada la presión que sufre en los partidos y la profesión tan estresante que es.

En ese sentido, como hemos podido ver en el modelo de González-Oya (2006), lo primero que debe entrenarse en ese ámbito psicológico es la motivación y saber gestionar sus

emociones, puesto que es la clave para que puedan conseguir y perfeccionar el resto de las etapas.

En este Trabajo Fin de Grado hemos podido ver las diversas motivaciones que llevan a los colegiados a adentrarse en esta profesión, las que hacen que se mantengan y las que provocan su abandono.

En nuestra investigación practicada hemos podido ver estos tres aspectos: motivaciones de inicio, de mantenimiento y de abandono, los cuales vamos a analizar a continuación:

Respecto a lo primero, hemos podido observar como el dinero es la motivación principal por la que se entra al Comité (51,2%) y la familia la que menos, algo que resulta curioso dada la gran influencia del entorno más cercano en otras investigaciones vistas como puede ser el estudio realizado por Furst (1989, 1991).

En cuanto a lo segundo, el motivo que les ayuda a mantenerse en el Comité según nuestra investigación es conseguir ascender (31,9%), algo que coincide parcialmente con las investigaciones de González-Oya y Dosil (2007) que determina que es porque les sigue gustando, con las de Furst (1989, 1991) que establece que el motivo es el interés por el deporte en general o con las de Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002) que determinan la pasión y el gusto por la profesión.

Finalmente, en lo que respecta al abandono, el mayor motivo por el que se marchan del Comité es, según nuestra investigación, los insultos y las críticas hacia su persona (31,5%), coincidiendo con Marrero Rodríguez y Gutiérrez Ascanio (2002): Presión social. La exigencia en este sentido es lo que determinan los estudios de Alonso-Arbiol et al. (2008).

Los objetivos planteados en esta investigación se han cumplido con éxito dado que hemos podido comprobar lo importante y fundamental que es la psicología y la motivación de los árbitros, así como conocer los diversos motivos que llevan a los colegiados a tomar sus decisiones en cada etapa de su profesión. El objetivo que quizá no se ha cumplido a la perfección es la contribución de las mujeres árbitro debido a los pocos estudios que hay sobre este aspecto y la poca influencia que tienen dentro del Comité de Árbitros de Fútbol de Madrid (CAFM).

Todas las hipótesis planteadas son ciertas excepto dos de ellas:

- La tercera que se refiere a que el aspecto físico en la formación del árbitro no guarda relación con el aspecto psicológico ni deben complementarse. En cambio, esto no es cierto puesto que deben compaginarse ambas habilidades para conseguir la excelencia en las dos. Si un árbitro no tiene las habilidades psicológicas básicas como son la motivación, el autocontrol o la autoconfianza, no tendrá suficientes ánimos para cumplir con las exigencias físicas al encontrarse desmotivado-desanimado.
- La cuarta que hace referencia a que el nivel de activación del árbitro aumenta cuando la motivación disminuye, debido a que se encuentran directamente relacionadas, es decir, cuando el nivel de activación asciende, la motivación del colegiado también lo hace.

Una de las mayores dificultades encontradas durante nuestra investigación ha sido conseguir un gran número de respuestas al cuestionario planteado y la escasez de artículos recientes sobre la psicología del árbitro.

La aportación y utilidad de este trabajo para el ámbito de la Educación Física se haya sobre todo en lo que respecta a los valores que se pueden encontrar en el aula y al profesor como responsable de controlar las controversias que pueden surgir en ella, asimilándolo a la labor que realiza el árbitro en los partidos de fútbol en cuanto a los jugadores. El respeto es el factor clave que debe estar tanto en la escuela como en los terrenos de juegos en los que se disputan los partidos. Asimismo, al igual que la motivación es otro aspecto clave en la formación de los colegiados, los alumnos deben tenerla también para poder adquirir conocimientos durante su proceso de aprendizaje y evolucionar.

En resumen, este trabajo me ha aportado mayor conocimiento en el tema clave de esta investigación (psicología y motivación del árbitro), así como el reconocimiento de algunos autores destacados en este ámbito. He entendido a la perfección las etapas que tienen los colegiados durante su formación, sus motivaciones y lo importante que resulta para que mantengan dicha motivación que se les eduque más psicológicamente y no tanto físicamente, sobre todos a los árbitros de categorías inferiores, ya que así podríamos conseguir muchos menos abandonos y mayor tranquilidad en su profesión.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso-Arbiol, I., Arratibel, N. y Gómez, E. (2008). La motivación del colectivo arbitral en fútbol: un estudio cualitativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 187-203.
- Alonso-Arbiol, I., Falcó, F., López, M. y Ramírez, A. (2006). Programa de intervención Psicológica con Árbitros de Fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(2), 311-325.
- Antonelli, F. y Salvini, A. (1978). *Psicología del deporte I*. Valladolid: Miñón.
- Armas García, J. A. y Brito Ojeda, I. (2010). El árbitro como educador. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 31-32). Dykinson.
- Besoccer (2019). *Cuánto gana un árbitro en Primera y Segunda División*. <https://es.besoccer.com/noticia/cuanto-gana-un-arbitro-en-primera-y-segunda-division-577653>
- Betancor, M. Á. (1999). El árbitro de baloncesto. Principios y bases teóricas sobre su formación. *Lecturas: Educación Física y Deportes (Buenos Aires)*, 17.
- Buceta, J. M. y Bueno, A. M. (2001). Estrés, rendimiento y salud. En J.M. Buceta, A.M. Bueno y B. Mas (Eds.), *Intervención psicológica y salud: control del estrés y conductas de riesgo*. Dykinson.
- Buceta, J. M., Gimeno, F. y Pérez-Llanta, M. C. (1993). Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). En A. López de la Llave, M.C. Pérez-Llantada y J.M. Buceta (eds.) *Investigaciones Breves en Psicología del Deporte*. Madrid: Dykinson.
- Buceta Fernández, J. M., del Pino, D., Gimeno, F., García-Aranda Encinar, J. M., y Ruíz Caballero, J. A. (2010). Necesidades psicológicas de los árbitros de fútbol de alta competición. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 89-98). Dykinson.
- Cabrera Suárez, D., Ruiz Llamas, G., y Marrero Rodríguez, G. (2010). Personalidad, motivación y juicio deportivo. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 109-132). Dykinson.

- Cantón, E., Gistain, C., Checa, I., y León, E. (2011). Programa de mediación psicológica con árbitros de fútbol. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, 21(2), 27-38.*
- Cruz, J. (1997). Asesoramiento psicológico en el arbitraje y juicio deportivos. En J. Cruz (ed.) *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis.
- Davies, D. y Armstrongs, M. (1991). *Factores psicológicos en el deporte competitivo*. Ancora.
- Deci, E. L. (1975). The Intrinsic Motivation of Behavior. *Intrinsic Motivation* (pp. 93-125). Springer, Boston, MA.
- Fernández Seara, J. L., Fernández Navarro, I. y Mielgo Robles, M. (1999). PY-BTPD-S. *Batería de tests psicológicos para deportistas de Salamanca*. Ed. Pymtec. Madrid.
- Friedman, Z. y Klein, K. (1988). What are the physical activities of a soccer referee in the field. *Soccer Journal, 33(4), 35-37.*
- Fuentes, R. (6 de enero de 2022). *¿Cuánto cobra un árbitro español de fútbol?* <https://theobjective.com/deportes/2022-01-06/cuanto-cobra-arbitro-espanol-futbol/#:~:text=Cantidad%20fija%20situada%20en%20torneo,2.000%20en%20la%20Segunda%20divisi%C3%B3n>
- Furst, D. M. (1989). Sport role socialization: Initial entry into the subculture of officiating. *Journal of Sport Behavior, 12(1), 41.*
- Furst, D. M. (1991). Career contingencies: Patterns of initial entry and continuity in collegiate sports officiating. *Journal of Sport Behavior, 14(2), 93.*
- González-Oya, J. L., y Dosil, J. (2007). *La Psicología del árbitro de fútbol*. Toxosoutos.
- González-Oya, J. L. (2006). Aproximación a la formación del árbitro de fútbol: un ejemplo de modelo educativo. *Cuadernos de psicología del deporte, 6(1), 37-51.*

- Guillén García, F. (2010). Aspectos psicológicos propios del arbitraje: Algunas consideraciones referidas al árbitro y al arbitraje. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 99-108). Dykinson.
- Hernández Galván, E. (2010). Los árbitros. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 23-29). Dykinson.
- Hernández Saavedra, A. (2010). Fechas relacionadas con la evolución de los árbitros en la historia moderna del fútbol. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (p. 30). Dykinson.
- Ittenbach, R. F. y Eller, B. F. (1988). A personality profile of southeastern conference football officials. *Journal of Sport Behavior*, 11(3), 115.
- Izquierdo Ramírez, J. M., y Rodríguez Pérez, M. C. (2010). Características psicológicas de los árbitros: Diseño de una propuesta de investigación. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 79-88). Dykinson.
- Marrero, G. (1998). *Estudio sobre los árbitros de fútbol*. Las Palmas de Gran Canaria: Centro de Estudios del Arbitraje Deportivo. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Marrero, G., & Gutiérrez, C. (2002). Las motivaciones de los árbitros de fútbol. *Revista de psicología del deporte*, 11(1), 69-82.
- Martínez García, C. (1998). Evaluación del rendimiento físico del árbitro de fútbol. *Árbitro de fútbol: arbitraje y juicio deportivo* (pp. 57-78). Dykinson.
- Riera, J. (1985). *Introducción a la psicología del deporte*. Martínez Roca.
- Todo para árbitros (s.f.). *¿Cuánto cobra un árbitro de fútbol base?*. <https://todoparaarbitros.com/cuanto-cobra-un-arbitro-de-futbol-base/>
- Vázquez, P. (2020). *Hora de decidir como un árbitro de élite*. Letrame.

Vives Benedicto, L. y Garcés de Los Fayos, E. J. (2003). Formación en árbitros y jueces deportivos: Mejora de las competencias y habilidades psicológicas del árbitro. *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo* (pp. 161-186). INDE Publicaciones.

Weinberg, R. S. y Richardson, P. A. (1990). *Psychology of officiating*. Leisure Press.

Weiner, B. (1972). *Theories of motivation: From mechanism to cognition*.

## 8. ANEXOS

### Anexo 1. Correo al presidente del Comité de Árbitros de la Federación de Madrid.

Buenos días,

Soy Aitor Rodríguez Quismondo, estudiante de 5º CCAFYDE + Educación Primaria en la Universidad Pontificia Comillas.

Les escribo este correo para saber si me podrían ayudar con mi TFG, ya que este consiste en una investigación sobre la “motivación de los árbitros de fútbol”, y me sería de gran utilidad e interés que me reenviasen el *Formulario* que adjunto cumplimentado por los distintos árbitros de la federación, si es posible. Dicho *Formulario* está relacionado con la motivación de los árbitros de fútbol al iniciar, mantenerse y abandonar el Comité, y las respuestas serían totalmente anónimas.

El *Formulario* es el siguiente:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGPexKDTa7AEveWKomiNdQx5WMH0-31tPy5o7wN13Ve3ugJg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGPexKDTa7AEveWKomiNdQx5WMH0-31tPy5o7wN13Ve3ugJg/viewform?usp=sf_link)

Agradeciendo de antemano su ayuda y atención,

Quedo a la espera de su respuesta,

Saludos cordiales.

## **Anexo 2. Cuestionario *ad hoc* utilizado para la investigación realizada.**

### ***Sección 1: Iniciación en el arbitraje.***

- ¿Has tenido experiencia previa como futbolista?
  - Sí.
  - No.
- En caso afirmativo, ¿tenías el mismo conocimiento del reglamento como futbolista que como árbitro?
  - Sí.
  - No.
- ¿Qué te motivó para iniciar en el mundo del arbitraje y unirse al comité?  
(Selecciona una)
  - La televisión, radio o prensa.
  - El dinero.
  - La diversión.
  - Mantenerme en forma.
  - Tengo amigos dentro del comité.
  - Mi familia.
  - Madurar como persona.
  - Socializar con personas que no conozco.
- ¿Al entrar en el mundo del arbitraje, provocó problemas en tu entorno más cercano?
  - Sí.
  - No.

### ***Sección 2: Mantenerse en el mundo del arbitraje.***

- Mantenerse en el arbitraje se debe a:
  - El dinero.
  - Conseguir el ascenso.
  - He aumentado la confianza en mí mismo.
  - He mejorado mi autoestima.
  - Aprendo más sobre el deporte.
  - Me ayuda a desconectar.

- Mi familia me anima a seguir.
- Mis amigos me animan a seguir.
- Es un “hobby” para mí.
- Mantengo la forma física.

***Sección 3: Motivos por los que abandonar el arbitraje.***

- ¿Cuáles son o serían los motivos para abandonar los campos de fútbol?
  - Mucha presión durante el desarrollo de los partidos.
  - Insultos que me afectan personalmente.
  - No ganaba el suficiente dinero.
  - No puedo compaginarlo con los estudios.
  - Afectaba a mi familia.
  - Tengo una edad avanzada para poder mantener el ritmo.
  - Busco nuevas sensaciones.
  - El comité no me dio apoyo.
  - Me frustraba por no conseguir ascender de categoría.
- Si has abandonado o abandonarás el arbitraje, ¿volverías?
  - Sí.
  - No.