

# Gestione emozionale e psicologica della gara

## Un'ottimale gestione psicologica della gara può far passare in secondo piano un'imperfezione tecnica

La stima si acquisisce dalla competenza tecnica, comportamenti individuali e dalla capacità di comunicazione; l'autorevolezza discende direttamente dalla stima che l'ambiente ha per l'arbitro.

L'arbitro deve considerarsi al di fuori delle parti non al di sopra.

UN arbitro attento e professionale si presenterà con abiti sobri, eleganti, non sfarzosi; è importante che l'abito nella sua semplicità sia curato, è questo il momento fatidico della prima impressione ed è importante sfruttare al meglio l'occasione per trasmettere subito fiducia e credibilità.

Il modo di incedere deve essere sicuro, con la schiena eretta, il capo alto, ma non in atteggiamento altezzoso.

La stretta di mano deve essere cordiale, mai dominante e remissiva deve trasmettere rispetto per l'altro e convinzione di meritare altrettanto rispetto, stabilendo una condizione di parità; lo sguardo fisso su chi si ha di fronte senza supponenza o paura deve comunicare decisione, determinazione e volontà oltre a sicurezza e forza emotiva.

E' molto importante ascoltare con attenzione ciò che viene detto, sforzarsi di ricordare il nome ed il ruolo della persona che si è presentata, comportarsi e parlare in maniera educata, pacata.

***La comunicazione verbale deve essere sempre all'insegna della cortesia e del rispetto.***

Il direttore di gara, proprio per il ruolo che ricopre, non può assolutamente accompagnare le sue decisioni severe, come la penalizzazione, l'espulsione, con un sorriso pensando così di sdrammatizzare la situazione, perché ciò che verrà molto probabilmente percepito dagli altri attori dello spettacolo è più un gesto di scherno e di beffa, che invece di placare gli animi li infiammerà ancora di più.

PAOLO COMPIANI