



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA**

**Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia**

**Applicata - FISPPA**

**Corso di laurea in Scienze Psicologiche e Sociali del Lavoro**

**TESI**

**Intelligenza Emotiva e Arbitri di calcio: quali differenze con un campione di  
non arbitri?**

**Emotional Intelligence and Football Referees: What Differences Compared to a  
Sample of Non-Referees?**

**Relatore: prof. Enrico Rubaltelli**

**Laureanda: Valentina Cortelazzo**

**Matricola 1067492**

**Anno Accademico 2024/2025**

# **INDICE**

## **INTRODUZIONE**

## **CAPITOLO 1 - L'INTELLIGENZA EMOTIVA**

1.1 Definizione e caratteristiche

1.2 Come si misura l'Intelligenza Emotiva

1.3 Obiettivi della ricerca

1.4 Strumento utilizzato e metodologia

## **CAPITOLO 2 - STUDIO SUGLI ARBITRI**

2.1 Gli Arbitri: performance e attitudini

2.2 L'Intelligenza Emotiva negli arbitri di calcio

2.2.1 Implicazione dell'Intelligenza Emotiva per un arbitro di calcio

2.3 Un confronto con i "non arbitri"

## **CAPITOLO 3 - ANALISI COMPARATIVA SULL'INTELLIGENZA EMOTIVA TRA**

## **ARBITRI E NON ARBITRI**

## **CONCLUSIONI**

## **RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI**

## **RINGRAZIAMENTI**

## INTRODUZIONE

In questo elaborato ci si propone di esaminare e confrontare statisticamente i valori dell'Intelligenza Emotiva tra un campione di Arbitri di calcio e un campione di individui appartenenti alla popolazione generale privi di esperienze significative in ambito arbitrale.

Il lavoro è stato suddiviso in macroaree, dove preliminarmente si è andati a definire l'Intelligenza Emotiva nelle sue caratteristiche principali, per poi effettuare una disamina degli strumenti di misurazione.

In questo modo si è potuto quindi procedere con la ricerca di questi fattori anche nella popolazione target, analizzando infine la differenza tra i due campioni presi in considerazione: Arbitri di calcio e non arbitri.

### 1.1 DEFINIZIONE E CARATTERISTICHE

L'Intelligenza Emotiva è un concetto introdotto dallo psicologo Daniel Goleman nel 1995 in "Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ".

In questo libro Goleman si riferisce alla capacità di individuare, comprendere e gestire le proprie emozioni e quelle degli altri, nonché di utilizzare in modo efficace le informazioni emozionali per guidare il pensiero e il comportamento.

Nel corso degli anni sono state proposte diverse definizioni di Intelligenza Emotiva da parte di studiosi e ricercatori:

- **Daniel Goleman:** "L'Intelligenza Emotiva è la capacità di riconoscere i nostri sentimenti e quelli degli altri, di motivarci e di gestire bene noi stessi e le nostre relazioni".
- **Peter Salovey e John D. Mayer:** "L'Intelligenza Emotiva è la capacità di percepire e valutare, di esprimere e regolare le emozioni proprie e altrui in modo accurato e adattivo".
- **Howard Gardner:** "L'Intelligenza Emotiva rappresenta un insieme di capacità correlate, distintive e non strettamente connesse, implicite nella comprensione, nella gestione e nella guida delle persone e delle proprie emozioni".

- **Travis Bradberry e Jean Graves:** “L’Intelligenza Emotiva è la tua capacità di riconoscere e comprendere emozioni in te stesso e negli altri, e la tua capacità di utilizzare questa consapevolezza per gestire il tuo comportamento e le relazioni”.

Queste definizioni riflettono la complessità e la multidimensionalità dell’Intelligenza Emotiva, che coinvolge processi cognitivi, emotivi e comportamentali nella gestione delle emozioni sia personali che interpersonali.

Non si tratta di QI, ma di una dimensione non quantificabile e anzi modificabile nel corso della vita in risposta all’apprendimento, all’aumentare dell’empatia e del numero di relazioni che intercorrono nell’arco temporale.

Tale dimensione appare incidere in modo significativo su ogni aspetto della vita degli individui.

Le cinque caratteristiche principali dell’Intelligenza Emotiva secondo Goleman sono:

1. **AUTOCONSAPEVOLEZZA:** è la capacità di riconoscere le proprie emozioni e il loro impatto sugli altri. Include la consapevolezza dei propri punti di forza, debolezze, bisogni e impulsi;
2. **AUTOREGOLAMENTAZIONE:** è la competenza che riguarda la capacità di controllare e gestire le proprie emozioni e impulsi, adattandoli alle diverse situazioni. Implica anche la capacità di rimandare la gratificazione, resistere alle tentazioni e riprendersi dalle avversità;
3. **MOTIVAZIONE:** si riferisce alla capacità di usare le emozioni per raggiungere obiettivi, persistere nonostante le difficoltà, essere ottimisti e trovare la motivazione interna per agire;
4. **EMPATIA:** è la capacità di comprendere e condividere i sentimenti degli altri, riconoscere le loro prospettive e rispondere alle loro emozioni. L’empatia è fondamentale per costruire relazioni significative e creare connessioni autentiche;
5. **ABILITÀ SOCIALI:** sono competenze che riguardano la gestione delle relazioni interpersonali, la comunicazione efficace, la leadership; la capacità di risolvere conflitti e la collaborazione. Sono abilità essenziali per creare e mantenere relazioni positive.

In sintesi, l'Intelligenza Emotiva, secondo Goleman, non è solo la capacità di riconoscere le proprie emozioni, ma anche di utilizzarle in modo efficace per interagire con gli altri e raggiungere i propri obiettivi.

## 1.2 COME SI MISURA L'INTELLIGENZA EMOTIVA

Il primo a tentare di misurare l'Intelligenza Emotiva fu lo stesso Goleman (Boyatzis & Goleman 2007). Inizialmente lo scopo era quello di valutare le competenze che spiegassero i talenti personali chiamando in causa le abilità proprie della personalità. In questo senso le competenze venivano intese come quelle caratteristiche sottostanti della persona che le permettono di ottenere prestazioni efficaci o superiori (McClelland & Boyatzis, 1982).

Le prime misure misurazioni furono l'*Emotional Competence Inventory* (ECI) e le sue revisioni successive, ECI-2ed ECI-U (versione ECI University), poi ampliate e perfezionate da Salovey e colleghi (1990), e riprese successivamente dai ricercatori. Si tratta della cosiddetta EIS (acronimo di *Emotional Intelligence Scale*) basata sugli studi di Salovey, composta da 33 item. Questa prima versione non è stata validata per 17 item, tanto che si è sviluppata la cosiddetta *Brief Emotional Intelligence Scale* (BEIS-10), con 10 item e 5 fattori (Davies et al., 2010).

Gli studi di Mayer e Salovey restano i più importanti, perché lo sviluppo di una misura dell'Intelligenza Emotiva si basa proprio sui loro modelli della facoltà sottostante (Salovey & Mayer, 1990). Nello specifico gli autori hanno testato N=62 elementi che rappresentavano le diverse dimensioni del modello su un campione di N=346 partecipanti le cui risposte ai test sono state analizzate tramite analisi fattoriale. Ciò ha portato alla creazione di una scala a 33 item che appare avere una buona coerenza interna e affidabilità test-retest.

I punteggi in particolare appaiono correlati con:

- otto dei nove costrutti teoricamente correlati, come l'alessitimia (ossia l'incapacità di riconoscere le emozioni), l'attenzione ai sentimenti, la chiarezza dei sentimenti, il ripristino dell'umore, l'ottimismo e il controllo degli impulsi;
- i voti previsti per il primo anno di università.

Non solo i punteggi della scala erano significativamente più alti per i terapeuti rispetto ai clienti della terapia o ai prigionieri degli istituti penitenziari. Inoltre, erano significativamente più alti per le femmine rispetto ai maschi, in linea con i risultati precedenti degli studi sulle capacità emotive. Soprattutto, non erano correlati alla capacità cognitiva e ciò dimostra come l'Intelligenza Emotiva sia una dimensione affettiva e relazionale più che razionale. Gli studi suggeriscono che tale dimensione potrebbe proteggere dal carico emotivo sperimentato in alcune professioni (Bru-Luna 2021).

L'Intelligenza Emotiva si può misurare attraverso diversi strumenti, tra cui questionari, test basati su scenari e in alcuni casi valutazioni fisiologiche.

I più usati sono:

- *l'Emotional Competency Inventory (ECI);*
- *l'Emotional and Social Competency Inventory (ESCI) di Goleman;*
- *il Mayer - Salovey - Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT);*
- *il Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEI Que)*
- *il Wong - Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS).*

Questi strumenti valutano diverse aree, come la consapevolezza di sé, l'autoregolazione, l'empatia e la gestione delle relazioni.

### 1.3 OBIETTIVI DELLA RICERCA

Come già accennato nell'introduzione, l'obiettivo principale di questa ricerca è analizzare e confrontare il livello di intelligenza emotiva tra due gruppi distinti: un campione di Arbitri di calcio e un campione di individui che non svolgono attività arbitrale.

In particolare, si intende verificare se l'esperienza maturata nel contesto sportivo, in questo caso nel ruolo di Arbitro, sia associata ad un diverso sviluppo delle competenze legate all'Intelligenza Emotiva, come la consapevolezza di sé, la gestione delle emozioni, l'empatia e le abilità relazionali.

Attraverso questo confronto la ricerca punta ad evidenziare possibili differenze significative e a riflettere sull'influenza che l'attività arbitrale può avere sulla sfera emotiva e relazionale degli individui.

## 1.4 STRUMENTO UTILIZZATO E METODOLOGIA

Per effettuare la ricerca è stato utilizzato il Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEI-Que) di Petrides (2009) che è un questionario self-report volto a misurare l'Intelligenza Emotiva come tratto di personalità (trait EI).

La versione completa comprende 153 item, distribuiti su 15 sottoscale raggruppate in 4 fattori: Well-being (benessere), Self-control (autocontrollo), Emotionality (emotività) e Sociability (sociabilità); oltre ad un punteggio globale del tratto di personalità (trait EI).

Esistono versioni più brevi: il TEI Que-SF (30 item) per il punteggio globale, selezionata con un criterio psicometrico rigoroso.

Le persone rispondono a una scala Likert a 7 punti, indicando il loro livello di accordo con ciascuna affermazione.

### *Fattori misurati*

I punteggi del TEI Que vengono raggruppati in quattro fattori principali:

- **Benessere:** questo fattore include tratti come la felicità, l'ottimismo e l'autostima;
- **Autocontrollo:** valuta la capacità di gestire le emozioni, di essere resilienti e di resistere all'impulsività;
- **Emotività:** si concentra sulla consapevolezza, espressione e gestione delle emozioni, sia proprie che altrui;
- **Socialità:** questo fattore misura le abilità nelle relazioni interpersonali, l'empatia e la competenza sociale.

Il report del TEIQue fornisce un'analisi dettagliata dei punteggi ottenuti, evidenziando punti di forza e aree di miglioramento. Può essere utilizzato per scopi di sviluppo personale, selezione del personale, formazione e team building.

In sintesi, il TEIQue è uno strumento utile per comprendere le proprie tendenze emotive e per migliorare la consapevolezza di sé e delle proprie relazioni, sia nel contesto personale che professionale.

In questa ricerca per la rilevazione dell'Intelligenza Emotiva nei partecipanti è stato utilizzato il Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form (TEIQue-SF).

Ogni item è valutato su una scala Likert a 7 punti (da 1 = “completamente in disaccordo” a 7 = “completamente d'accordo”).

Il questionario è stato somministrato a due gruppi distinti: un campione di arbitri di calcio (n =45), appartenenti a diverse sezioni arbitrali locali; e un campione di non arbitri (n =48), costituito da soggetti senza esperienza arbitrale e non coinvolti in attività sportive agonistiche in qualità di ufficiali di gara.

I criteri di inclusione hanno previsto un'età compresa tra i 18 e i 70 anni, la comprensione della lingua italiana e il consenso informato alla partecipazione.

### *Procedura*

La somministrazione del questionario è avvenuta in forma volontaria, mediante un modulo online (Google Forms). Prima della compilazione, è stata fornita una breve spiegazione contenente le finalità della ricerca, la rassicurazione della riservatezza dei dati, le istruzioni per la compilazione.

I dati raccolti sono stati utilizzati esclusivamente per fini di ricerca accademica e analizzati in forma aggregata.

### *Analisi dei dati*

I punteggi ottenuti sono stati elaborati secondo le istruzioni ufficiali del TEIQue-SF. Il punteggio totale è stato utilizzato per confrontare il livello medio di intelligenza emotiva tra i due gruppi (arbitri vs non arbitri), mediante analisi statistiche descritte nel capitolo dedicato.

# CAPITOLO 2

## STUDIO SUGLI ARBITRI

### 2.1 Gli arbitri: performance e attitudini

L'arbitro è una figura complessa e delicata, tanto più in uno sport come quello del calcio che ha un'elevata rilevanza nel pubblico e a livello mediatico, poiché è costantemente sotto i riflettori e ogni suo gesto viene interpretato sulla base delle sue caratteristiche e competenze.

Deve quindi possedere attitudini fisiche, tecniche, caratteriali e di personalità.

È chiamato ad avere un'attenzione sempre alta, una capacità di comunicazione e di gestione di situazioni potenzialmente critiche.

Esiste una vera e propria psicologia dell'arbitro, molto studiata in letteratura. Ad esempio, compito dell'arbitro è quello di garantire la competizione nel rispetto del regolamento e intervenire laddove necessario ma senza interferire in maniera inopportuna. Secondo MacMahon e Plessner (2008), si possono classificare gli arbitri a seconda del numero di interazioni che hanno con i giocatori e in funzione del numero di atleti o di abilità che devono valutare. Ne scaturiscono 3 tipologie (Costa, 2017):

- gli arbitri interattori, con alto livello d'interazione con i giocatori e pochi o tanti stimoli a cui fare attenzione, ad esempio gli arbitri della boxe;
- gli arbitri reattori, con la concentrazione su pochi aspetti e una minima interazione con il contesto, ad esempio gli assistenti;
- gli arbitri osservatori, con tanti atleti e abilità da monitorare ma con poca interazione, ad esempio i giudici di una gara di tuffi.

La prestazione dell'arbitro cambia in base al tipo di gioco, che si relaziona alle sue peculiari caratteristiche, che vanno dalla coerenza alla risolutezza passando per l'equilibrio, la correttezza e la motivazione (Weinberg and Richardson, 1990).

Tra le attitudini più importanti vi è poi l'autoefficacia, cioè la confidenza nelle proprie competenze nelle specifiche situazioni. Studi dimostrano che arbitri con bassi livelli di autoefficacia mostrano più ansia e si sentono meno capaci di far fronte ad eventi stressanti, con carriere e prestazioni compromesse. Uno di questi (Mahoney et al, 2008) ha usato metodi quantitativi e qualitativi per analizzare la relazione tra feedback di intervallo e autoefficacia nell'arbitraggio di partite di netball.

Non si è trovato alcun effetto di interazione significativo e nessun effetto principale per la condizione o il tempo per i cambiamenti nell'autoefficacia.

Tuttavia, nonostante non vi fossero effetti significativi, i dati qualitativi hanno fatto supporre che vi fossero aspetti del feedback percepiti come migliorativi dell'autoefficacia.

Un altro aspetto importante è quello della gestione da parte degli arbitri di situazioni difficili. Molti arbitri, specialmente i più giovani, abbandonano l'attività dopo aggressioni fisiche o verbali da parte dei giocatori e/o dei tifosi. Uno studio ha usato delle interviste approfondite per esplorare il modo in cui un piccolo campione di arbitri di calcio esperti affronta queste situazioni (Denyer-Simmons, 2006).

Gli arbitri esperti giudicano la propria prestazione in base alla correttezza delle loro decisioni e dell'applicazione delle regole. Appaiono calmi e sicuri di sé in quanto si attengono al protocollo, e giudicano l'abuso dei giocatori come guidato da frustrazione, delusione e parzialità. Inoltre, adattano la loro risposta in base alla situazione. Si concentrano sulla partita e ricordano a loro stessi la propria competenza. Va anche detto che con un giusto training si potrebbero trasferire queste competenze agli arbitri più giovani e inesperti.

Sono molte le ricerche in tal senso che possono aiutarci a comprendere le dinamiche. Ad esempio vi è uno studio sulla fiducia in sé stessi, che appare essere un aspetto della personalità che comprende le qualità, le capacità e le abilità di un individuo, che è stato declinato agli arbitri per accertare la correlazione tra la sua autostima e l'efficacia nell'arbitraggio di una partita di calcio (Permadi et al., 2024).

Lo studio ha usato una metodologia descrittiva, selezionando casualmente il campione di arbitri maschi. Si è usato poi un questionario per la valutazione dell'autostima e la capacità di condurre efficacemente una partita di calcio. I risultati hanno mostrato che il livello di autostima del campione era sufficiente, mentre il loro successo nell'arbitrare le partite era buono. È emerso anche un coefficiente di correlazione moderato tra autostima e successo nel condurre le partite.

Si evince quindi come una forte autostima influisca sulla capacità di arbitrare con successo.

## 2.2 L'Intelligenza Emotiva negli arbitri di calcio

Negli anni, relativamente all'Intelligenza Emotiva negli arbitri di calcio, è stata prodotta molta letteratura in merito. Premesso che gli arbitri di calcio devono sottoporsi a una preparazione fisica, tattica e psicologica che sono peculiari e che hanno lo scopo di prepararli ad affrontare qualunque situazione in campo, è evidente altresì che i fattori psicologici, e proprio l'Intelligenza Emotiva, si colleghino direttamente alle prestazioni sportive, venendo però a loro volta influenzate da altre variabili come la salute e il burnout. In tal senso, uno studio ha voluto valutare l'Intelligenza Emotiva e la sua relazione con le percezioni soggettive della salute e della sindrome da burnout negli arbitri di calcio spagnoli (Estrada et al., 2022).

Il campione era composto da 4.099 arbitri di tutte le categorie in Spagna di età compresa tra 14 e 66 anni (3773 M e 362 F). Sono stati utilizzati tre strumenti:

- *Trait-Meta Mood Scale (TMMS-24)*;
- *General Health Questionnaire a 12 item*;
- *Oldenburg Burnout Inventory (OLBI)*.

Dallo studio è emerso che il burnout agisce come variabile mediatrice quando si tratta di una migliore percezione della salute. È chiaro quindi che le variabili psicologiche sono importanti per favorire una migliore prestazione.

La relazione tra Intelligenza Emotiva e burnout è stata ampiamente approfondita in letteratura, poiché questa capacità sembra rappresentare un rilevante fattore protettivo. Un contributo significativo in tal senso è quello di Safari Jafarlou (2020), che parte dalla constatazione di come l'attività arbitrale nel calcio sia tra le più gravose in termini di impatto psicologico. La ricerca mirava a indagare la correlazione tra Intelligenza Emotiva e burnout tra gli arbitri donna della Women's Football League iraniana nel 2016, utilizzando un approccio descrittivo-correlazionale su un campione di 51 partecipanti.

Gli strumenti impiegati sono stati:

- *Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT)*;

- *Burnout Inventory for Referees*.

È emersa una correlazione significativa tra il burnout arbitrale e alcune componenti dell'Intelligenza Emotiva, in particolare l'ottimismo, la regolazione, la valutazione e l'espressione delle emozioni. Non è stata invece rilevata una correlazione significativa tra l'uso delle emozioni e il burnout. Complessivamente, è stata osservata una correlazione negativa tra il livello generale di Intelligenza Emotiva e il burnout arbitrale: all'aumentare della prima, infatti, tende a diminuire il secondo.

L'arbitraggio nel calcio si configura come un'attività particolarmente stressante, che richiede un continuo ricorso alle risorse personali per gestire la pressione e le interazioni interpersonali. In questo contesto, l'Intelligenza Emotiva può svolgere un ruolo cruciale nel favorire un migliore adattamento psicologico degli arbitri.

Diversi studi hanno evidenziato una relazione significativa tra Intelligenza Emotiva e strategie di coping, con differenze rilevanti in base al livello di competenza arbitrale. In particolare, Louvet e Campo (2019) hanno indagato proprio l'influenza dell'Intelligenza Emotiva sugli arbitri di calcio, esaminando il legame tra queste dimensioni.

La ricerca si è articolata in due studi, condotti su campioni di 116 e 75 arbitri di calcio, che hanno compilato questionari specifici. I risultati hanno individuato due

distinti profili di Intelligenza Emotiva, evidenziando che la maggior parte degli arbitri altamente qualificati rientrava nel profilo con livello moderatamente alto. Inoltre, le componenti dell'intelligenza emotiva si sono dimostrate predittive in modo significativo e positivo dell'utilizzo di strategie di coping orientate al compito.

Infine, è emersa anche una correlazione tra Intelligenza Emotiva e competenze comunicative negli arbitri di calcio.

Uno studio turco (Özdayı & Uğurlu, 2015) ha analizzato la relazione tra:

- intelligenza emotiva;
- capacità comunicativa;
- variabili demografiche.

L'obiettivo era valutare gli arbitri di calcio dilettantistici in Turchia, operanti nella Turkcell Super League, Bank Asya 1st League League 1), 2nd League (League 2), 3rd League (League 3) e gli arbitri di partite di calcio amatoriale nella stagione calcistica 2010-2011. I campioni dello studio sono costituiti da arbitri scelti casualmente tra quanti erano attivi nel corso di quella stagione sportiva.

Gli strumenti usati sono stati:

- *Communication Abilities Evaluation Scale*;
- *Bar-on EQ-i emotional intelligence scale*.

È emersa una correlazione positiva tra abilità comunicative e capacità di gestione dello stress: all'aumentare delle prime, migliora anche la regolazione dello stress.

Un altro studio particolarmente interessante è stato condotto da Hamzah et al. (2024) per analizzare la relazione tra ansia, Intelligenza Emotiva e concentrazione di pensiero con il processo decisionale degli arbitri di calcio nella reggenza di Aceh Besar, in Indonesia. Lo studio ha usato un approccio quantitativo con un metodo descrittivo correlazionale. Il campione era composto da 55 arbitri.

I risultati hanno mostrato una relazione tra ansia e processo decisionale dell'arbitro di calcio. Si è trovata anche una relazione tra il processo decisionale e l'Intelligenza Emotiva, così come tra la concentrazione di pensiero e il processo decisionale. Quindi è apparsa una relazione sul processo decisionale con tutte le variabili considerate.

Sono stati condotti anche studi che indagano la relazione tra Intelligenza Emotiva, forma fisica e prestazione negli arbitri di calcio. In particolare, una ricerca condotta da Nurcahya et al. (2019) ha adottato un approccio quantitativo con metodologia descrittiva, coinvolgendo un campione di 11 arbitri affiliati all'associazione PSSI di Bandung, Indonesia. I partecipanti sono stati sottoposti a tre prove: un test di intelligenza emotiva, il test di forma fisica FIFA per arbitri e una valutazione della prestazione arbitrale basata su criteri FIFA.

I risultati hanno evidenziato una correlazione significativa sia tra Intelligenza Emotiva e prestazione, sia tra forma fisica e prestazione. Questi dati confermano l'importanza di comprendere a fondo i fattori che influenzano la performance arbitrale, elemento chiave per una formazione professionale sempre più efficace e mirata.

### 2.2.1 IMPLICAZIONE DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA PER UN ARBITRO DI CALCIO

L'Intelligenza Emotiva riveste un ruolo cruciale per un arbitro di calcio in quanto influisce direttamente sulle sue prestazioni e sulla sua capacità di gestire le complesse dinamiche emotive presenti durante una partita.

Di seguito sono elencate nello specifico alcune implicazioni dell'Intelligenza Emotiva per un arbitro di calcio:

- **Gestione dello stress e pressione:** un arbitro deve essere in grado di gestire lo stress e la pressione derivanti dalle aspettative del pubblico, degli allenatori e dei giocatori stessi;
- **Empatia:** comprendere e interpretare le emozioni, le reazioni e lo stato d'animo di giocatori e allenatori può aiutare l'arbitro a mantenere un clima di gioco positivo e a prendere decisioni più equilibrate. L'empatia gli consente di

percepire le situazioni dal punto di vista degli altri e di adottare un approccio più comprensivo e rispettoso;

- **Autoregolazione emotiva:** l'arbitro deve essere in grado di controllare le proprie emozioni e reazioni, evitando di farsi influenzare nel processo decisionale da provocazioni o commenti negativi da parte dei giocatori e/o del pubblico. Questa capacità di autoregolazione contribuisce a mantenere l'equità e l'imparzialità delle decisioni arbitrali;
- **Comunicazione efficace:** l'Intelligenza Emotiva comprende anche la capacità di comunicare in modo chiaro ed efficace. Un arbitro che comunica in modo aperto e trasparente con i giocatori e gli allenatori può contribuire a ridurre la tensione sul campo e ad evitare malintesi;
- **Gestione dei conflitti:** durante una partita di calcio possono verificarsi situazioni di conflitto tra i giocatori o tra giocatori e arbitro. Un arbitro con un'adeguata Intelligenza Emotiva è in grado di gestire tali conflitti in modo equo ed efficace, cercando soluzioni che promuovano il rispetto delle regole e del fair play.

Dunque, l'Intelligenza Emotiva è fondamentale per un arbitro di calcio poiché influisce sulla sua capacità di gestire lo stress, comprendere le emozioni degli altri, autoregolarsi, comunicare efficacemente e gestire i conflitti. Un arbitro con un elevato livello di Intelligenza Emotiva è più probabile che prenda decisioni imparziali e contribuisca a mantenere un ambiente di gioco positivo e rispettoso.

### 2.3 Un confronto con i "non" arbitri

Un confronto tra arbitri e non arbitri può essere condotto sia con altri protagonisti del mondo sportivo, sia con professionisti appartenenti ad altri settori. Riprendiamo ora l'esame degli studi condotti su soggetti esterni all'ambito arbitrale, per avviarci verso le conclusioni ragionate. Una prima considerazione riguarda i professionisti in altri settori, nei quali l'Intelligenza Emotiva è stata spesso analizzata in relazione a dimensioni come la leadership. Fin dai primi contributi di Salovey e Mayer, nei primi anni '90, numerosi lavori si sono concentrati sul modello delle abilità, evidenziando

come l'Intelligenza Emotiva – in particolare nella sua componente esperienziale – rappresenti un solido predittore dell'efficacia nei ruoli di leadership.

Negli arbitri appare dirimente l'uso dell'Intelligenza Emotiva per la gestione dei conflitti, per l'autoefficacia e per il contrasto all'ansia e al burnout.

Se invece si confrontano le popolazioni di arbitri di calcio e altri sportivi, si nota che i fattori emotivi e motivazionali sono fondamentali perché correlati alla prestazione sportiva e all'ansia-

Abbiamo visto come negli arbitri ciò sia significativo. Cosa accade nei calciatori invece? Uno studio ha analizzato le relazioni tra il cosiddetto clima motivazionale (MC), l'Intelligenza Emotiva e l'ansia all'interno di un campione di calciatori che giocano a un livello non professionistico (Castro-Sánchez et al., 2019).

Il campione era composto da 282 calciatori, di età compresa tra 16 e 18 anni, militanti nella serie inferiore nella provincia di Jaen (Spagna). I dati sono stati auto-risportati, e i partecipanti hanno risposto a questi strumenti valutativi:

- *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (PMCSQ-2)*,

- *Schutte Self-Report Inventory (SSRI)*,

- *State Trait Anxiety Inventory (STAI)*.

È emerso che i calciatori con i livelli più elevati di ansia hanno anche dimostrato un'Intelligenza Emotiva inferiore e questo è un aspetto che accomuna anche gli arbitri.

Inoltre, è stato notato che un clima orientato all'ego era associato a livelli più elevati di ansia, mentre un clima orientato al compito si correlava a minore ansia e a livelli più alti di Intelligenza Emotiva.

Tuttavia, nei giovani calciatori non sono emerse correlazioni significative tra gli aspetti emotivi e il mantenimento dell'orientamento motivazionale, a differenza di quanto osservato negli arbitri. È stato comunque rilevato che i calciatori che

percepivano un clima maggiormente orientato al compito presentavano livelli più elevati di Intelligenza Emotiva e minori livelli di ansia legata alla prestazione sportiva.

È interessante infine analizzare questi aspetti in arbitri di altri sport, come quelli di pallamano.

Un esempio in tal senso è rappresentato dallo studio di Diotaiuti et al. (2017), che si è posto l'obiettivo di individuare i fattori predittivi dell'autoefficacia in un campione di 248 arbitri di pallamano italiani. L'ipotesi di partenza era che la percezione dell'efficacia del lavoro di squadra rappresentasse un predittore significativo dell'autoefficacia. A differenza di quanto rilevato negli arbitri di calcio, dove l'autoefficacia risultava fortemente correlata all'Intelligenza Emotiva, in questo caso sono emerse variabili differenti.

I partecipanti hanno compilato un questionario online che includeva la Referee Self-Efficacy Scale, la Self-Determination Scale e un adattamento per gli arbitri dello Sport Commitment Model. Sono state analizzate le variabili di divertimento, efficacia di coppia e consapevolezza personale, indicate come predittori dell'autoefficacia.

Nel contesto della pallamano, il valore attribuito al lavoro di squadra si collega a maggiori livelli di divertimento e consapevolezza nell'arbitraggio, con un impatto positivo sul benessere psicologico. Al contrario, per gli arbitri di calcio il rischio più rilevante è il burnout, rispetto al quale l'Intelligenza Emotiva si configura come un efficace fattore di protezione.

# CAPITOLO 3

## ANALISI COMPARATIVA SULL'INTELLIGENZA EMOTIVA TRA ARBITRI E NON ARBITRI

### Alfa di Cronbach TEIQue

```
$sample.size  
[1] 93  
  
$number.of.items  
[1] 30  
  
$alpha  
[1] 0.83979594
```

Questo t-test mostra che la differenza tra arbitri e non arbitri non è significativa anche se il valore di intelligenza emotiva è un pò superiore tra gli arbitri rispetto ai non arbitri. Servirebbe un campione maggiore per ottenere un risultato più affidabile.

```
Two Sample t-test  
  
data: ds$TEIQue by ds$Campione  
t = 1.89591, df = 91, p-value = 0.061146  
alternative hypothesis: true difference in means between group Arbitri.csv and group Non_arbitri.csv is not equal to 0  
95 percent confidence interval:  
-0.012521893 0.537336708  
sample estimates:  
mean in group Arbitri.csv mean in group Non_arbitri.csv  
4.9985185 4.7361111
```

	Arbitri.csv (N=45)	Non_arbitri.csv (N=48)	Overall (N=93)
<b>TEIQue</b>			
Mean (SD)	5.00 (0.473)	4.74 (0.807)	4.86 (0.676)
Median [Min, Max]	4.97 [4.03, 6.00]	4.85 [3.03, 5.93]	4.90 [3.03, 6.00]
<b>Sesso</b>			
Femmina	7 (15.6%)	22 (45.8%)	29 (31.2%)
Maschio	38 (84.4%)	26 (54.2%)	64 (68.8%)
<b>Eta</b>			
Mean (SD)	23.9 (7.00)	34.8 (13.3)	29.5 (12.0)
Median [Min, Max]	22.0 [16.0, 42.0]	31.0 [17.0, 65.0]	26.0 [16.0, 65.0]

## SOLO ARBITRI

Analisi fattoriale sulle domande create ad-hoc per questa tesi. Emergono tre fattori:

- Lucidità
- Consapevolezza
- Calma

	MR2	MR1	MR3	MaxFactor
Organizzato	0.623301946	0.181546631	0.437487940	1
Gestisce_emozioni	0.589681204	0.069426780	0.365188108	1
Regolo_a_proteste	0.383068245	0.071247036	0.064336538	1
Dubito_meno_lucido	-0.848441883	-0.053968612	-0.096812418	1
Arbitro_mettermi_prova	-0.501862764	0.167867142	0.156720587	1
Errore_resto_concentrato	0.832528463	0.148188780	0.056664195	1
Conosco_punti_forza	0.183037119	0.675606210	0.011439551	2
Obb_lungo_termine	0.290473736	0.612791802	0.149590534	2
Consapevole_decisioni	0.014879787	0.281579809	0.245060578	2
Conosco_futuro	0.263090693	0.474856383	0.267294051	2
Riguardo_mie_prestazioni	0.085731761	0.818305780	0.039955742	2
Cerco_migliorare	-0.116119353	0.706697813	0.206444436	2
Consapevole_emozioni	0.024900046	0.270579033	0.236267523	2
Decisioni_chiare	0.082933879	0.391906908	0.263800935	2
Meditazione_diario	-0.145753888	0.432724248	-0.031866794	2
Perdo_staffe	-0.266770397	0.246813598	-0.519424042	3
Ansioso	0.269869162	0.017422742	0.618816358	3
Tranquillo_critiche	0.371602068	0.149855198	0.465209993	3
Calmo_sotto_pressione	0.427823479	0.287964929	0.527796778	3
Dialogo	0.071259846	0.181828469	0.537377992	3
Comprendere_emozioni	-0.354849498	0.173650336	0.562881258	3
Promuovere_rispetto	-0.084966792	0.315869828	0.692968279	3

### **Tabella descrittive**

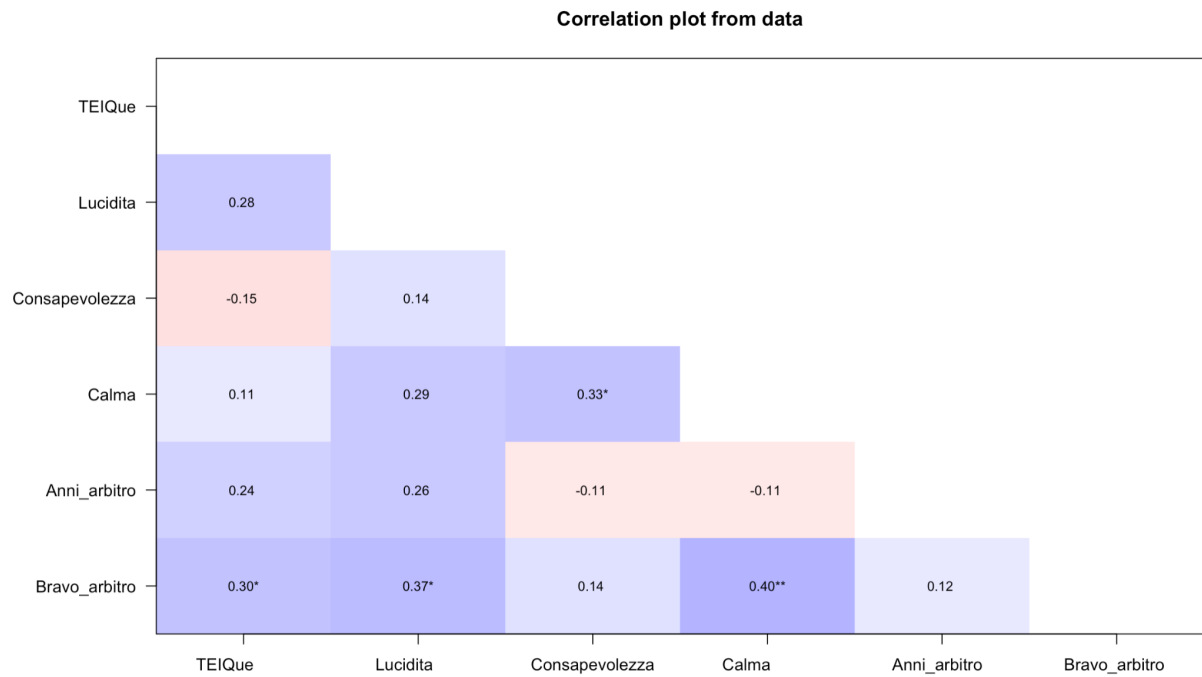
Qui le statistiche descrittive per il gruppo di arbitri, includendo le domande create ad hoc, declinate nei tre fattori emersi dall'analisi fattoriale, e altre domande che non sono state presentate ai non arbitri perché non pertinenti.

	Overall (N=45)
<b>TEIQue</b>	
Mean (SD)	5.00 (0.473)
Median [Min, Max]	4.97 [4.03, 6.00]
<b>Lucidita</b>	
Mean (SD)	5.18 (1.02)
Median [Min, Max]	5.17 [3.17, 6.83]
<b>Consapevolezza</b>	
Mean (SD)	5.53 (0.837)
Median [Min, Max]	5.67 [3.11, 7.00]
<b>Calma</b>	
Mean (SD)	5.43 (0.874)
Median [Min, Max]	5.57 [3.29, 6.57]
<b>Eta</b>	
Mean (SD)	23.9 (7.00)
Median [Min, Max]	22.0 [16.0, 42.0]
<b>Sesso</b>	
Femmina	7 (15.6%)
Maschio	38 (84.4%)
<b>Anni_arbitro</b>	
Mean (SD)	6.73 (5.18)
Median [Min, Max]	6.00 [1.00, 22.0]
<b>Allenamenti_settimana</b>	
<2	5 (11.1%)
>3	7 (15.6%)
da 2 a 3	33 (73.3%)
<b>Bravo_arbitro</b>	
Mean (SD)	6.91 (1.12)
Median [Min, Max]	7.00 [4.00, 9.00]

## **Correlazioni**

Questa è forse la tabella più importante perché si vede se le diverse variabili vanno nella stessa direzione. In generale, la maggioranza delle correlazioni sono basse, ma dipende anche dalla numerosità del campione. Le correlazioni che hanno valori superiori a .30 sono significative. Tra queste, all'aumentare del TEIQue aumenta anche la percezione degli arbitri riguardo alla loro bravura ( $r = .30, p < .05$ ). Inoltre, bravi arbitri riportano di essere più lucidi ( $r = .37, p < .05$ ) e più calmi ( $r = .40, p < .05$ ). Infine, calma e consapevolezza sono correlate tra loro ( $r = .33, p < .05$ ).

N.B.: Si ricorda che le correlazioni misurano solo se due variabili hanno un andamento simile (es., crescono entrambe in modo simile) o un andamento opposto (correlazioni negative). Non indicano però una relazione causale per cui una variabile causa una variazione in un'altra.



# CONCLUSIONI

Attraverso un test statistico (T-test) emerge che gli arbitri possiedono valori medi di Intelligenza Emotiva leggermente superiori (media = 5.00, SD = 0.473) rispetto ai non arbitri (media = 4.74, SD = 0.807). Nonostante ciò, la differenza non è risultata statisticamente significativa ( $p=0.061$ ), sottolineando l'importanza di replicare l'indagine con un campione più vasto per giungere a conclusioni più robuste.

## SPECIFICITA' DELL'ANALISI SUGLI ARBITRI

L'analisi fattoriale realizzata specificatamente per il gruppo degli arbitri identifica tre dimensioni principali, che sono determinati nel loro contesto professionale:

- **Lucidità:** mantenimento della chiarezza mentale in situazioni critiche, con media pari a 5.18 (SD=1.02);
- **Consapevolezza:** comprensione dei propri limiti, capacità e stato emotivo, con media pari a 5.53 (SD=0.837);
- **Calma:** gestione efficace della pressione emotiva e capacità di mantenere un comportamento equilibrato, con media pari a 5.43 (SD=0.874).

Tra gli arbitri sono emerse correlazioni significative tra:

- Elevati livelli di Intelligenza Emotiva e percezione di bravura personale come arbitro ( $r = .30, p < .05$ );
- Maggiore percezione della bravura e lucidità nelle decisioni prese in campo ( $r = .37, p < .05$ );
- Maggiore percezione della bravura e calma sotto pressione ( $r = .40, p < .05$ );
- Relazione positiva tra calma e consapevolezza ( $r = .33, p < .05$ ).

Queste correlazioni sottolineano l'importanza della competenza emotiva come predittore della percezione di autoefficacia arbitrale, suggerendo che una gestione emotiva efficace contribuisce concretamente al miglioramento della performance percepita.

Benché non statisticamente significativa, la tendenza ad una superiore Intelligenza Emotiva tra gli arbitri rispetto ai non arbitri, suggerisce che la specificità del ruolo

arbitrale, con la necessità di affrontare regolarmente situazioni stressanti e di conflitto, possa contribuire positivamente allo sviluppo di competenze emotive. Data la vicinanza alla significatività statistica, future indagini con campioni maggiormente estesi, diversificati per età ed esperienza, sono consigliati per approfondire questo potenziale vantaggio degli arbitri.

Includere variabili come frequenza e intensità degli allenamenti, anni di esperienza arbitrale e specificità del contesto sportivo potrebbe migliorare la comprensione di come queste competenze si sviluppino nel tempo.

Questa analisi offre utili indicazioni per la progettazione di interventi formativi e programmi di supporto psicologico rivolti agli arbitri. Programmi mirati a migliorare lucidità, consapevolezza e calma potrebbero infatti portare benefici concreti sia in termini di performance sul campo sia per il benessere generale degli arbitri, migliorando complessivamente il livello della gestione emotiva e decisionale in contesti critici.

## BIBLIOGRAFIA

- Boyatzis, R. E., & Goleman, D. (2007). Emotional and social competency inventory. *Boston: Hay Group*.
- Bru-Luna, L. M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Cervera-Santiago, J. L. (2021). Emotional intelligence measures: A systematic review. In *Healthcare* (Vol. 9, No. 12, p. 1696). MDPI.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., González-Valero, G., García-Mármol, E., & Chacón-Cuberos, R. (2019). Relationships between anxiety, emotional intelligence, and motivational climate among adolescent football players. *Sports*, 7(2), 34.
- Conte, J. M. (2005). A review and critique of emotional intelligence measures. *Journal of organizational behavior*, 26(4), 433-440.
- Costa, S. (2017). La psicologia dell'arbitro: strategie di allenamento, in <https://www.bskilled.it/psicologia-arbitro/>
- Davies, K. A., Lane, A. M., Devonport, T. J., & Scott, J. A. (2010). Validity and reliability of a brief emotional intelligence scale (BEIS-10). *Journal of Individual Differences*.
- Denyer-Simmons, P. (2006). Tackling abuse of officials: Attitudes and communication skills of experienced football referees. In *Australia and New Zealand Communication Association (ANZCA) 2006 Annual Conference* (pp. 1-15). ANZCA/University of Adelaide.
- Diotaiuti, P., Falese, L., Mancone, S., & Purromuto, F. (2017). A structural model of self-efficacy in handball referees. *Frontiers in psychology*, 8, 811.
- Ealias, A., & George, J. (2012). Emotional intelligence and job satisfaction: A correlational study. *Research journal of commerce and behavioral science*, 1(4).
- Estrada, X., Priego, M., Morente, A. R., & Mora, C. A. (2022). Relationship between emotional intelligence, burnout and health perception in a sample of football Spanish referees. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (44), 960-975.
- Goleman, D. (2000). *Lavorare con intelligenza emotiva. Come inventare un nuovo rapporto con il lavoro* (Vol. 45). Bur.

- Goleman, D. (2011). *Intelligenza emotiva. Che cos'è e perché può renderci felici*. Bur.
- Hamzah, M. A., Hartono, M., & Nasuka, N. (2024). The relationship of anxiety emotional intelligence and concentration of thinking to the decision-making ability of football referees. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 7(1), 28-38.
- Kopp, A., & Jekauc, D. (2018). The influence of emotional intelligence on performance in competitive sports: A meta-analytical investigation. *Sports*, 6(4), 175.
- Lievens, F., & Chan, D. (2017). Practical intelligence, emotional intelligence, and social intelligence. *Handbook of employee selection*, 342-364.
- Louvet, B., & Campo, M. (2019). Do high emotional intelligent soccer referees better cope with competitive stressors?. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*, (3), 17-26.
- Lyons, J. B., & Schneider, T. R. (2005). The influence of emotional intelligence on performance. *Personality and individual differences*, 39(4), 693-703.
- Mahoney, A. J., Devonport, T., & Lane, A. M. (2008). The effects of interval feedback on the self-efficacy of netball umpires. *Journal of Sports Science & Medicine*, 7(1), 39.
- Nurcahya, Y., Mulyana, D., & Sagitarius, S. (2019, September). Relationship between emotional intelligence and physical fitness with football referee performance. In *3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2018)* (pp. 136-138). Atlantis Press.
- Özdayı, N., & Uğurlu, F. (2015). Examining the relationship between emotional intelligence and communication ability levels of football arbiters. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 1(1), 31-39.
- Permadi, A. A., Frahmawati, I., Pramadhan, K., Fernando, R., & Shahril, M. I. (2024). The Significance of Self-Confidence in the Success of Referees During Football Match Officiating. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 6(4), 657-668.
- Plessner, H., & MacMahon, C. (2013). The sport official in research and practice. In *Developing sport expertise* (pp. 71-95). Routledge.

- Safari Jafarlou, H. R. (2020). The correlation of emotional intelligence with burnout caused by refereeing in female referees of Iranian football. *Journal of Health Promotion Management*, 9(4), 68-77.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Stichler, J. F. (2006). Emotional intelligence. *Nursing for Women's Health*, 10(5), 422-425.
- Weinberg, R. S., & Richardson, P. A. (1990). *Psychology of officiating*. Leisure Press.

## SITOGRAFIA

- [https://ebrary.net/233607/health/plessner\\_macmahon\\_s\\_2013\\_classification\\_officials](https://ebrary.net/233607/health/plessner_macmahon_s_2013_classification_officials)
- <https://researchoutput.csu.edu.au/en/publications/tackling-abuse-of-officials-at-titudes-and-communication-skills-of>
- [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/95127/1/2019\\_Chacon-Cuberos\\_eta\\_I\\_FrontPsychol.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/95127/1/2019_Chacon-Cuberos_eta_I_FrontPsychol.pdf)

## ***RINGRAZIAMENTI***

Desidero esprimere la mia sincera gratitudine a tutte le persone che mi hanno supportato durante il percorso di studi e nella stesura di questa tesi.

Un ringraziamento speciale va al mio relatore, il professor Enrico Rubaltelli, per la disponibilità, i consigli preziosi e il supporto costante lungo tutto il lavoro.

Ringrazio la mia famiglia, per avermi sempre sostenuto con affetto e pazienza, anche nei momenti più difficili.

Grazie anche ai miei amici e colleghi, per la loro vicinanza, l'incoraggiamento e per aver condiviso con me questo importante periodo della mia vita.

Infine, un grazie a tutte le persone che hanno contribuito alla realizzazione di questo traguardo.