

ÁLVARO VERA IMPLEMENTA CAPACITACIÓN PSICOLÓGICA

Sicólogo prepara a árbitros de ANFA Chillán para que manejen el estrés

Busca entregarles herramientas que les permitan resolver situaciones de conflicto, que pueden derivar en hechos de violencia.



El psicólogo Álvaro Vera busca potenciar la capacidad de manejo del estrés.

RODRIGO OSES PEDRAZA
diario@ladiscusion.cl
FOTOS: CEDIDA

Los árbitros del fútbol amateur de Chillán han sido por años blanco de críticas e incluso de violencia.

Para cambiar esta realidad, ANFA Chillán implementó un curso de capacitación técnica para los jueces locales, financiado por el Gobierno Regional, pero le adosó un aspecto fundamental e inédito: la capacitación psicológica.

Álvaro Vera, psicólogo clínico, especialista en psicoterapia, inició la noche del martes, en la sede del ente rector del balompié local, un taller que busca entregarles herramientas y técnicas prácticas en diferentes temas como: autocontrol, manejo del estrés, resolución de conflictos y liderazgos.

“Se realizó una sensibilización con respecto al rol del árbitro en la dinámica del juego y al perfil psicológico que debe tener un árbitro prestando especial atención a la atención, la memoria y concentración que debe tener un juez, aplicando una metodología teórica-práctica, con ejercicios y análisis grupal, para lograr buenas prácticas. Basándonos en el manejo del estrés a través del ‘mindfulness’, técnicas

3

sesiones de dos horas brindará el psicólogo clínico Álvaro Vera a los participantes del curso de capacitación para los árbitros del fútbol amateur local.

de manejo de grupo y dinámicas de juego basados en la neurociencia y en la psicología social”, detalla Vera.

El profesional recaló que trabajarán en el liderazgo de los árbitros como “un factor fundamental en la dinámica del juego. La idea es entregarles herramientas prácticas de manejo del autocontrol ante situaciones de estrés. Queremos trabajar con los diferentes estamentos del fútbol amateur, sensibilizar sobre este tema para sacar la violencia de las canchas y principalmente, para que los niños puedan disfrutar de un espacio sano, de deporte, juego, interacción, vida social y familiar”.

Para todos

Vera aplaudió la iniciativa de la

Asociación de Fútbol Amateur de Chillán, que lidera el timonel Carlos San Martín, porque comprende el rol y la relevancia fundamental del árbitro como protagonista del clima emocional de las dinámicas de juego. Para que puedan controlar su propio estado emocional como líderes dentro del campo en el marco de la teoría del liderazgo. La idea es poder seguir trabajando con los diversos actores del fútbol amateur para erradicar la violencia de las canchas y así los niños puedan disfrutar del juego y la vida sana”.

El psicólogo clínico reveló que la recepción de los árbitros con experiencia dirigiendo y otros que debutarán esta temporada fue “buena, porque valoran que se les entreguen herramientas prácticas para resolver situaciones conflictivas y que pueden generar un clima hostil o de violencia, considerando las variables fisiológicas, físicas, psicológicas y las del entorno, para que no se vean influenciados por estas”.

La segunda sesión será hoy jueves, en la que Vera abordará con sus alumnos, las herramientas para potenciar la atención, la memoria, el autocontrol y la concentración, aspectos fundamentales, en el perfil psicológico que un árbitro debe tener para dirigir un partido.