

Penalty-ul din fotbal – de la loterie la știință Penalty in football – from lottery to science

Gheorghe Dumitru

Spitalul Clinic Județean de Urgență Constanța, Serviciul de Medicină Sportivă

Rezumat

Era în 1891, la circa 30 de ani după apariția Federației Engleze (1863), când penalty-ul a fost introdus. Totuși, penalty-urile rămân încă subiect de povești, sperietoare, exaltare, mituri sau teamă - în funcție de poziția sau rolul celor ce se referă la ele - dar majoritatea antrenorilor și jucătorilor continuă să considere că ele sunt „o loterie”, „o ruletă” sau „o ruletă rusească” și că antrenarea lor este pierdere de timp.

În mod surprinzător, doar vreo 25 de ani au trecut de la primul articol științific despre penalty, dar este evident că subiectul atrage tot mai mulți cercetători. Actualmente literatura internațională despre acest subiect este încă săracă, constând în cel mult vreo 200 de articole. Unele dintre ele constituie baza și substanța prezentului material, al cărui principal obiectiv este să ofere o scurtă trecere în revistă a cunoștințelor recente și demne de încredere în domeniu, insistând asupra problemei cedării/căderii psihice (choking-ului), de care par să fie afectați mulți dintre executanții implicați în seriile de penalty-uri din cadrul turneelor internaționale de fotbal.

Cuvinte cheie: penalty, serii de penalty-uri, executanți de penalty, portari, stres.

Abstract

It was in 1891, about 30 years after the Football Association was formed (1863), when the penalty kick was introduced. However, penalties still remain a subject of romance, dread, excitement, myth, pressure or fear – depending on the position or role of those speaking of or being involved in, and the great majority of soccer managers, coaches and players continue to say they are „a lottery”, „a roulette” or even “a Russian roulette” and consider practicing them is a waste of time.

Surprisingly, only about 25 years have passed since the first paper on penalty, but it is evident that the topic attracts more and more researchers. Currently the internationally circulated literature on this topic is still scarce, consisting of at most 200 papers. Some of them represent the base and the substance of the present paper, whose main purpose is to give a brief survey of the recent and reliable knowledge in the field, insisting on the problem of choking under pressure, which many of the penalty takers participating to the penalty shootouts within international soccer tournaments seem to experience.

Key words: penalty kick, penalty shootouts, penalty takers, goalkeepers, stress.

Penalty-urile din fotbal în general, ca și seriile de penalty-uri de departajare (SPD), prevăzute de regulament a tranșa partidele, în cazul turneelor finale ale marilor competiții la nivel de reprezentative naționale, ori în finalele competițiilor continentale ale cluburilor, reprezintă momente foarte importante și de mare tensiune, atât pentru cei din teren – și mai ales pentru actorii principali, executanții și portarii – cât și pentru spectatori, telespectatori și radioascultători.

De ce loterie ?

Pentru că în esență aceasta a fost și, din păcate, continuă să rămână, opinia și perspectiva pe care majoritatea antrenorilor și jucătorilor o au despre penalty. Astfel, deși nu am găsit studii realizate pe un număr de *antrenori*, din diverse interviuri ale acestora, sau ale altora despre ei, rezultă că în viziunea lor penalty-urile, și mai ales cele din SPD, sunt o „loterie”, o „ruletă” sau, mult mai dur, chiar o

„ruletă rusească”. Situație în care, logic după ei, nu merită să pierzi timpul antrenându-te special pentru penalty-uri, mai ales că oricum este imposibil să reproduci atmosfera specială și tensiunea psihică grozavă care le însoțește. Deosebit de relevante în acest sens, sunt cele declarate foarte recent (15 mai 2013, în chiar ziua finalei Europa League, împotriva Benficăi Lisabona), de către renumitul mijlocăș al naționalei engleze și al echipei Chelsea Londra, Frank Lampard: „nu ne-am antrenat special pentru SPD - Rafa Benitez, antrenorul nostru, nu a prevăzut așa ceva, deși el însuși a câștigat Champions League, în 2005, cu Liverpool, „la penalty-uri” (1).

Unii antrenori pot să se schimbe, totuși, dar foarte greu și târziu, după mai multe experiențe negative, ale lor personal, ca jucători, sau ale echipelor pe care le antrenează. Este cazul altui englez, Stuart Pearce, care, ca jucător la echipa națională, a ratat un penalty în 1990 (contribuind la pierderea semifinalei Cupei Mondiale). În 1996 însă,

Primit la redacție: 15 februarie 2013; Acceptat spre publicare: 20 mai 2013;

Adresa: Spitalul Clinic Județean de Urgență Constanța, Serviciul de Medicină Sportivă

E-mail: gdumitru@seanet.ro

la Campionatul European, el a transformat ambele penalty-uri pe care le-a executat. Numai că, în contextul performanțelor celorlalți colegi, echipa a ieșit câștigătoare doar în prima SPD, trecând de Spania în sferturile de finală; pentru a pierde meciul imediat următor, în semifinale, în fața Germaniei. Ajuns antrenor la naționala Angliei U21, se confruntă pentru prima dată cu o asemenea „loterie” în 2007, pierzând semifinalele Campionatului European cu Olanda, la scorul de 13-12, după o SPD maraton, constând în 24 de penalty-uri. Asta pare a-l fi trezit la realitate, determinându-l ca pentru noua campanie a respectivei naționale, timp de 2 ani, „la fiecare antrenament al lotului” (2) să prevadă și exersarea loviturilor de pedeapsă, iar din momentul aflării echipelor calificate pentru turneul final al Campionatului European din 2009, să analizeze riguros atât executanții de penalty (EXP), cât și portarii echipelor cu care s-ar fi putut confrunta într-o SPD. Efortul dovedindu-se a fi meritat atunci când, tot în semifinală, trece de Suedia la penalty-uri; prima SPD câștigată de o reprezentativă a Angliei, după 13 ani.

Spre deosebire de antrenori, concepțiile și atitudinea jucătorilor au fost efectiv și riguros cercetate, într-un studiu pe 10 EXP ce luaseră parte la o SPD, în cadrul turneului final al Campionatului European din 2004. S-a constatat că la întrebarea „în ce procent consideri că rezultatul depinde de șansă, respectiv de competența (skill) EXP în ce privește penalty-urile”, doar 2 din 10 au răspuns că în totalitate (100%) depinde de competență, 3 dintre ei menționând că în procent de 50%, restul avansând procente de peste 50% (Jordet et al., 2006). Pe de altă parte, Lampard, în același interviu (1), consideră că nu prea are rost și eficiență ca potențialii EXP să se antreneze special: „adesea ne-am antrenat la națională și am pierdut la penalty-uri; deci nu există o rețetă, rămâne la latitudinea fiecărui jucător. Unora le place să exerseze dar, spre ex., Michael Ballack n-a exersat niciodată cât a fost la Chelsea și era unul dintre cei mai buni EXP cu care am jucat eu”.

Este penalty-ul știință!? Câtă știință?

Lipsită de încrederea și suportul antrenorilor/jucătorilor, ignorată de conducătorii fotbalului (UEFA, FIFA etc.) și atrasă ea însăși destul de târziu (primul studiu despre penalty fiind publicat abia în 1988) de „fenomen” – de unde și producția destul de scăzută de lucrări (până în prezent fiind publicate doar cel mult vreo 200 de lucrări serioase, circulabile la nivel internațional) – cercetarea științifică oferă deja un bagaj deloc de neglijat de informații (constatări, explicații, ipoteze, recomandări) în această privință. Bagaj, considerat de subsemnatul, suficient pentru structurarea unei cărți, dedicate exclusiv acestei situații și sarcini foarte specifice și speciale, din fotbalul zilelor noastre. Astfel, pe lângă o cantitate importantă, uneori chiar impresionantă [de ex. analiza a 41 ediții ale Bundesligii, cu 12488 meciuri și 3619 penalty-uri (Dohmen, 2008)] de date statistice privind aspecte descriptive ale execuției și rezultatului penalty-urilor, cum ar fi ♦ procentul penalty-urilor transformate (PPT), ♦ direcția mingii, ♦ piciorul de șut, ♦ tipul de șut, ♦ ponderea intuirii direcției mingii de către portar etc. și o serie de valori ale parametrilor de zbor al mingii (viteză, durată), s-au acumulat foarte multe cunoștințe despre ♦ acțiunile

și comportamentul principalilor actori (EXP și portarul), ♦ SPD ca o situație foarte specifică și extrem de complexă, ♦ rolul și importanța arbitrilor și spectatorilor, ♦ misiunea și mijloacele de intervenție ale antrenorilor etc., etc. Totuși, din perspectiva volumului de informații existente și a semnificației în plan practic-aplicativ, capitolele „de forță” care s-ar contura pentru o sinteză exhaustivă, s-ar ocupa de *EXP, de portar, respectiv de SPD*; iar structura lor „macro” s-ar prezenta după cum urmează:

Executanții de penalty

1. *Caracteristicile misiunii și constrângerile în care se exprimă*
2. *Parametrii descriptivi ai activității și acțiunilor EXP*
 - 2.1. *Timpul de răspuns la permisiunea arbitrilor de a iniția execuția penalty-ului (TRPA)*
 - 2.2. *Elanul; lungime, direcție, durată, viteză*
 - 2.3. *Mișcarea (acțiunea) piciorului de șut*
 - 2.4. *Forța șutului*
 - 2.5. *Locațiile unde trimite mingea și considerentele de care depind opțiunile respective etc., etc.*
3. *Strategia independentă de portar (SIP) (de preferat celei dependente de portar)*
 - 3.1. *Caracteristici, eficiență, frecvența cu care se utilizează*
 - 3.2. *Decizia anticipată – elementul esențial al SIP*
 - 3.3. *Comportamentul privirii EXP*
 - 3.4. *Avantajele și dezavantajele SIP*
4. *Strategia dependentă de portar (SDP)*
 - 4.1. *Caracteristici, tipuri de SDP, eficiență, frecvență a utilizării*
 - 4.2. *Autoprezentarea (self-presentation) EXP*
 - 4.3. *Anticiparea mișcărilor portarului; sursele de informații de încredere*
 - 4.4. *Comportamentul privirii EXP în SDP*
 - 4.5. *Dezavantajele SDP:*
 - 4.5.1. *Supraîncărcarea atențională*
 - 4.5.2. *Controlul redus asupra situației*
 - 4.5.3. *Riscul apariției necesității de a redirecționa mingea și timpul minim necesar redirecționării eficiente (the point of no return)*
5. *Factorii ce pot influența performanța EXP*
 - 5.1. *Presiunea psihică-anxietatea; mecanisme de acțiune și efecte*
 - 5.2. *Instrucțiunile primite pot dăuna și ele; efectele nedorite (ironic effects) etc.*

Portarul

1. *Caracteristicile sarcinii și condițiile în care acționează*
 - 1.1. *Dificultăți ce țin de condițiile ambientale*
 - 1.2. *Constrângerile regulamentare și temporale (criza de timp)*
 - 1.3. *Avantaje, în comparație cu EXP*
2. *Statistici și parametri privind comportamentul portarului*
 - 2.1. *Plasamentul în cadrul porții*
 - 2.2. *A plonja, sau a nu plonja? Iată dilema - portarii plonjează excesiv de frecvent*

- 2.3. Răspunsul portarului la acțiunile EXP; momentul inițierii, factorii de care depinde, faze, durate, viteză
3. Performanța portarului
 - 3.1. Modalități de evaluare; în experimente simulate, în cele „in situ”, în meciurile oficiale
 - 3.2. Factorii de care țin performanțele portarilor
4. Strategia independentă de EXP; caracteristici, frecvență, eficiență
5. Strategia dependentă de EXP
 - 5.1. Limbajul corporal și formarea impresiei despre EXP
 - 5.2. Anticiparea; factori de care depinde, tipuri de informații disponibile și utilizate
 - 5.3. Comportamentul de explorare/cercetare vizuală; factori (experiență, valoare specifică, tipul de șut etc)
6. Modalități și tehnici de derutare a EXP; distragerea atenției, influențarea percepției spațiale a acestuia etc.

Seriile de penalty-uri de departajare (SPD)

1. Generalități – posibile avantaje ale plasării SPD înaintea prelungirilor
2. Factorii ce influențează rezultatul penalty-urilor și al întregii SPD
 - 2.1. Factori ce țin de partidă; competiția, faza competiției, gazde/oaspeți, nr. spectatori etc.
 - 2.2. Factori ce țin de EXP; vârstă, experiență/valoare, post, preferința podală etc.
 - 2.3. Factori ce țin de echipă; valoarea componenților; palmares general, palmares în SPD-uri
3. Fazele penalty-ului din SPD și impactul lor asupra rezultatului penalty-ului; timpul petrecut în cercul de la centrul terenului, durata deplasării către punctul de la 11 m, timpul alocat așezării mingii etc.
4. Stresul din SPD și impactul lui asupra rezultatului penalty-ului
 - 4.1. Factorii de stres ce acționează în SPD
 - 4.2. Coping-ul; tipurile de coping și eficiența lor
 - 4.3. Cedarea/căderea psihică a EXP în SPD: choking-ul

Dat fiind faptul că *choking-ul* (CK) în SPD reprezintă un subiect foarte recent studiat, că pare destul de frecvent întâlnit și că are un impact semnificativ asupra rezultatului penalty-urilor, al SPD-urilor și al meciurilor, ne vom opri în cele ce urmează asupra lui, trecând fugitiv în revistă cele mai relevante și științific documentate/probate aspecte ale sale.

Înainte însă de a intra în subiect, amintim că în psihologia sportivă CK este definit drept situația în care un sportiv obține o performanță mult mai slabă decât ar fi de așteptat de la el, într-un context cu mare încărcătură psihică și al cărui deznodământ (fericit sau catastrofic) este perceput de acesta ca depinzând direct de reușita sau nereușita sa (Hill ș.c., 2010). Pe de altă parte, în ideea de a avea clară semnificația unor concepte ce vor apărea în text, reproducem definițiile autocontrolului și autoreglării, care, deși par sinonime, nu sunt. Astfel, dacă prin *autoreglare* înțelegem totalitatea încercărilor (conștiente

și inconștiente) subiectului de a-și controla răspunsurile/reacțiile, inclusiv gândurile, emoțiile și comportamentele, *autocontrolul* se rezumă doar la încercările conștiente, intenționate, îndreptate în același sens.

SPD-urile, contexte foarte propice pentru apariția CK

Că în cadrul derulării SPD-urilor, actorii principali - dar mai ales EXP - percep o presiune psihică extrem de puternică, reprezintă ceva ușor de intuit. De altfel, mai mulți dintre „eroii” unor ratări memorabile, amintesc asta în interviuri sau în autobiografii. Este și cazul lui Steven Gerrard, cunoscutul căpitan al lui Liverpool și al naționalei engleze, care referindu-se la „celebra” sa ratare, din sferturile de finală (contra Portugaliei) ale Cupei Mondiale din 2006, încheia în felul următor descrierea momentelor chinuitoare de așteptare a fluierului arbitrilor: „acele câteva secunde în plus mi s-au părut o veșnicie, și este clar că ele m-au distrus” (Gerrard, 2006, citat de Jordet ș.c., 2009).

Pe lângă aceste argumente încărcate desigur de multă subiectivitate autoexplicativă, literatura reține însă și date mai obiective, mai convingătoare, rezultate în urma derulării unor studii pline de ingeniozitate, dar și de rigoare. Amintim în acest sens următoarele:

- în răspunsurile lor la chestionare special concepute, EXP ce participaseră la o importantă SPD, considerau că avuseseră un foarte redus control asupra rezultatului penalty-ului, și menționau anxietatea drept cea mai puternică și mai permanentă emoție (Jordet ș.c., 2006);

- procentul ratărilor crește odată cu creșterea importanței penalty-ului, atingând maximum în cazul penalty-urilor care, dacă sunt ratate, conduc automat la pierderea meciului (Jordet ș.c., 2008);

- EXP cu status public foarte ridicat (cei nominalizați drept jucătorii anului, sau câștigătorii “Balonului de aur” etc), au un procent semnificativ mai redus de reușite în SPD (Jordet, 2009a).

Semnele (simptomele) ce anunță iminența CK

Intuitiv/speculativ și teoretic pot fi identificate mai multe manifestări-comportamente care, mai cu seamă după consumarea unei ratări, ar putea fi denumite drept semnale ale iminenței CK. Cercetate și dovedite clar însă, sunt deocamdată doar următoarele două, care fac parte din așa-numitul „comportament autoreglator de fugă (escapist)”:

- comportamentul de evitare vizuală a portarului/porții, respectiv;

- scurtarea semnificativă a duratelor fazelor ce țin în totalitate de EXP (durata așezării mingii la „punctul cu var” și, mai ales, TRPA).

Acest din urmă semn a fost de altfel și cel mai clar probat a se corela (este vorba de o corelație inversă) cu rezultatul penalty-urilor, Jordet ș.c. (2009) găsiind că cu cât TRPA era mai redus, cu atât șansele de ratare creșteau. Astfel, procentul cel mai slab (57,4%) de penalty-uri transformate (PPT) s-a înregistrat atunci când TRPA era de 0,2 sec sau mai mic, el crescând semnificativ odată cu creșterea TRPA; 77,0% pentru 0,8 – 1,0 sec, respectiv 81,1% pentru un TRPA de 1,1 sec, sau mai mare.

Datele studiului menționat mai sus par a fi în discordanță cu cele ale altor cercetări (Beilock ș.c., 2004), care au găsit că, din contră, CK se manifestă prin alungirea duratelor de pregătire și execuție a sarcinilor; cauza fiind așa-numita monitorizare explicită (vezi mai departe). Potrivit lui Jordet et al. (2009), această incongruență s-ar putea explica în primul rând prin aceea că nivelele presiunii psihice și ale amenințării egotismului EXP erau cu mult mai mari decât cele ce acționau în cazul subiecților din experimentele lui Beilock ș.c. (2004). La aceasta se adaugă și deosebirile evidente dintre sarcinile ce le aveau de îndeplinit cei studiați; sarcini de natură relativ închisă (din golf sau rugby), al căror rezultat depinde practic doar de sportivul ce le duce la îndeplinire, respectiv execuția unui penalty, sarcină de tip deschis, caracterizată prin alte cerințe atenționale.

Factori specifici generatori de CK la EXP și impactul lor asupra rezultatului penalty-ului

Deși durata unei SPD este relativ scurtă, stresul din cadrul său este un *proces dinamic*, ținând cont că ceea ce simte/trăiește EXP în planul factorilor de stres (numeroși și foarte diverși, ca origine și intensitate), al coping-ului și al emoțiilor, se modifică în mod considerabil pe parcursul celor patru faze funcționale ale ei: ♦ pauza de după prelungiri, ♦ așteptarea din cercul de la centrul terenului, ♦ deplasarea către punctul de la 11 m și ♦ execuția propriu-zisă – care și ea are mai multe secvențe (Jordet și Elferink-Gemser, 2012).

Stresul poate avea însă și una sau mai multe constante, care țin de EXP, de echipă sau de competiție; ne referim aici la: a). statusul public al EXP, b). statusul public al echipei, c). palmaresul echipei în SPD-uri și d). valoarea competiției. Aceste constante se constituie în surse de amenințare a egotismului EXP, reprezentând o *primă categorie* de factori generatori de GK. Nu toate patru acționează de fiecare dată, numărul lor variind de la un jucător la altul, de la o echipă la alta, de la un meci la altul. Sunt ca niște stigmatice „în adormire” în restul timpului, un fel de „poveri de fundal (background)” ce apasă doar potențialmente pe umerii EXP, dar care se activează, impunându-se conștientului și subconștientului acestuia doar în momentele în care, la începutul meciului, posibilitatea de a se ajunge la SPD își începe metamorfoza către certitudine; certitudinea căpătând desigur concretețe doar în cazul în care, la sfârșitul prelungirilor, rezultatul rămâne încă nedecis. Sunt clipele în care apăsarea, presiunea psihică – altfel spus amenințarea egotismului EXP – realizează un salt brusc și semnificativ de intensitate. Această intensitate crește și în continuare, atingând apogeul în momentul în care jucătorului îi vine rândul „să-și îndeplinească misiunea”. Pe care, de multe ori, nu și-a dorit-o de fel și nu și-a asumat-o din proprie inițiativă. Mai există și o *a doua categorie* de factori generatori de GK, care țin strict de penalty, ceea ce face ca acțiunea lor să se exercite doar în anumite momente ale desfășurării SPD. Ne referim aici la: e). numărul de ordine al penalty-ului, în cadrul SPD și la f). valențele penalty-ului. Toți acești factori specifici (a – f), generatori de GK, au fost identificați și evaluați din perspectiva impactului lor asupra rezultatului

penalty-ului, de către Geir Jordet (psiholog norvegian ce și-a făcut doctoratul în Olanda) și echipa sa, într-o consistentă serie de studii (vezi bibliografia); în care au analizat un număr foarte mare de SPD-uri (de la introducerea lor, în ședința anuală a International Football Association Board din 27 iunie 1970 și până în 2007) din cele mai valoroase competiții internaționale de fotbal. Despre constatările acestor studii vom discuta, neîntrând prea mult în detalii, în continuare.

a) *Statusul public al jucătorului* a fost probat a influența semnificativ rezultatul penalty-ului, într-un studiu din 2009, în care s-a analizat PPT în funcție de acest status (Jordet, 2009a). Cei 298 jucători care au executat 366 penalty-uri (în cadrul a 37 SPD-uri), au fost împărțiți în 3 grupe: jucători cu status public ridicat (STPR) *actual*, adică fotbaliștii care, până la data executării penalty-ului, se plasaseră între primii 3, în diverse clasamente valorice anuale (jucătorul lumii FIFA, Balonul de aur etc), cei cu STPR *ulterior* (care se bucuraseră de aceleași recunoașteri, dar abia după execuția penalty-ului analizat), respectiv cei fără STPR. Analiza a arătat că cel mai mic PPT (65,0%) îl înregistrau cei cu SPTR actual, care mai aveau și tendința de a trimite mai frecvent (în 12,5% din cazuri) mingea în afara spațiului porții. EXP cu STPR ulterior aveau un PPT semnificativ mai bun (de 88,9%), iar ceilalți, fără STPR, transformaseră penalty-urile în procent de 73,6% (ne semnificativ diferit față de celelalte două categorii).

b) *Statusul public al echipei (STPE)*. Într-un alt studiu (Jordet, 2009b), EXP au fost grupați în funcție de STPE, criteriile pentru stabilirea STPE fiind: nr. de titluri obținute de țara respectivă în competițiile continentale pe cluburi și ponderea jucătorilor cu SPTR în lot. A rezultat că jucătorii naționalelor țărilor cu 8-10 titluri continentale la nivel de cluburi, înregistrau un PPT (67,8%) semnificativ mai mic decât cei din țările cu 4-7 titluri continentale (80,0%) și cei din țările cu 0-3 titluri (87,3%). Iar când se lua în discuție al doilea criteriu, s-a văzut că EXP din naționalele cu 20-50% jucători cu STPR, realizau un PPT de 66,7%, mai mic – dar ne semnificativ – decât cei din naționalele cu 0-20% jucători cu STPR, și semnificativ mai mic decât cei ai țărilor ale căror naționale nu aveau în componență jucători cu STPR (88,5%). De notat că în statistica de mai sus, jucătorii (indiferent că ei personal aveau sau nu un STPR) se grupau strict în funcție de faptul dacă lotul naționalei lor conținea jucători cu STPR. Interesant este însă că efectul STPE (stabilit după criteriul jucătorilor cu STPR), se menține și atunci când se compară doar jucătorii fără STPR. Astfel, jucătorii fără STPR din echipele cu 20-50% jucători cu STPR, obțineau un PPT de 71,9%, semnificativ mai mic decât cel menționat deja mai sus, obținut de jucătorii din echipele fără componenți cu STPR (88,5%). Asta arată robustețea impactului STPE, de vreme ce simplul fapt de a avea, ca și colegi, mulți jucători cu STPR, îi face și pe cei fără STPR să evolueze cu mult „trac” (sub o mare presiune psihică) și, în felul acesta, să rateze mai mult decât dacă în echipa lor n-ar exista jucători așa de „galonați”.

În contextul acestei discuții privind efectul nefast al STPE, asupra randamentului EXP, merită amintit cazul ilustrativ al naționalei engleze, „campionă” indiscutabilă în ce privește eșecurile din SPD (cel puțin până în 2006,

ultimul an luat în discuție de către cercetătorii mai sus amintiți). Astfel, analiza a arătat că Anglia obținuse cele mai multe titluri în competițiile continentale pe cluburi și, după Olanda, avea în componență cei mai mulți jucători cu STPR. În planul performanței în teren însă, această națională stătea catastrofal; 5 din 6 SPD-uri pierdute și cel mai mic PPT (67,7%) - pentru comparație, precizăm că Germania avea un PPT de 92,9%. Mai mult – și asta argumentează încă odată legătura dintre comportamentul de fugă și rezultatul penalty-urilor – jucătorii săi au avut cel mai scurt TRPA, iar 56,7% dintre ei se deplasau cu spatele la poartă/portar, după ce își așezaseră mingea la punctul de la 11 m.

c) *Palmaresul echipei în SPD-uri* reprezintă un alt factor generator de CK, foarte bine documentat. Probele ne sunt aduse de un studiu publicat anul trecut (Jordet ș.c., 2012). Pentru analiza datelor culese, echipele au fost mai întâi împărțite în 3 categorii: *A*) - cele ce pierduseră SPD anterior/anterioare, *B*) - cele ce câștigaseră și *C*) - cele ce nu fuseseră confruntate cu o SPD, până la cea analizată. Grupând toți jucătorii la un loc, indiferent dacă ei personal făcuseră parte sau nu din echipa ce pierduse/câștigase SPD, s-a găsit că cei din echipele *A* aveau un PPT de 65,7%, cei din *B*, unul semnificativ mai mare (85,1%), iar cei din *C* unul de 76,4%; ne semnificativ diferit de celelalte două, deși aproape semnificativ mai mare decât al celor din *A*. Când se luau în calcul doar jucătorii ce făcuseră parte (indiferent că executaseră sau nu un penalty) din echipă, la precedentă/precedentele SPD, diferența dintre *A* (PPT = 63,2%) și *B* (PPT = 87,2%) era de asemenea semnificativă. În sfârșit, o diferență semnificativă a fost pusă în evidență și atunci când se comparau doar jucătorii ce nu luaseră parte la SPD-urile anterioare; cei din echipele *A* dovedindu-se din nou mai puțin eficienți decât cei din echipele *B*; 67,2, față de 83,3%.

Așadar, palmaresul echipei în ce privește SPD are un impact foarte puternic asupra performanței EXP, într-o SPD ulterioară, impactul părând a depinde de numărul de SPD-uri pierdute. Dovadă faptul că, dacă se comparau între ei doar jucătorii ce luaseră parte la SPD-urile respective, rezultă că cei din echipele ce pierduseră 2 sau mai multe SPD-uri obțineau un PPT de aproape două ori mai mic decât cei ce pierduseră doar o SPD; 45,5%, față de 87,5%. Că impactul palmaresului echipei este unul robust, ne-o mai dovedește și faptul că el se face simțit și asupra jucătorilor ce nu au luat parte la precedentele SPD (vezi mai sus), precum și că – lucru subliniat de autorii respectivului articol – în toate comparațiile de mai sus, echipele *A* nu stăteau mai rău, iar uneori stăteau chiar mai bine decât echipele *B*, în ce privește numărul jucătorilor cu STPR și numărul de puncte acumulate în competiția respectivă, până la momentul SPD-ului analizat.

În contextul acestui efect negativ (sau pozitiv) indiscutabil, pe care *palmaresul echipei* îl are asupra performanțelor EXP, surprinde tendința ca *rezultatul personal*, obținut de un anumit EXP, să nu influențeze rezultatele ulterioare ale acestuia. Lucru sugerat de faptul că cei care au transformat penalty-ul într-o SPD precedentă, au avut un PPT actual de 76,7% (aproape identic cu 75,4%, înregistrat de cei ce nu mai participaseră la o SPD), pe când cei care îl rataseră, transformau penalty-urile în procent de

83,3%. Drept este însă că eșantionul format din această ultimă categorie de EXP, avea doar 6 subiecți!!! – ceea ce contraindică tragerea de concluzii definitive.

Datele studiului de care ne ocupăm aici, le-au permis autorilor să abordeze și un alt fenomen foarte special, și departe de a fi clarificat; este vorba de așa-numitul *efect de momentum* („hot hand”, “hot streak”, “slump”), termen care, într-o traducere liberă, înseamnă “a fi, sau a intra în mână”; proastă, sau bună, desigur, după caz. Din perspectivă psihologică acest fenomen desemnează situația în care succesul/reușita într-o sarcină, crește probabilitatea unui alt succes, în timp ce nereușita/eșecul o crește pe aceea a unei noi nereușite (Bar-Eli ș.c., 2006). Pornind de la cele reținute de Bar-Eli et al. în sinteza lor practic exhaustivă, autorii de față evidențiază aspectele specifice ale penalty-urilor din SPD, în raport cu alte sarcini și execuții din sport, frecvent analizate din perspectiva fenomenului de momentum (serviciile din tennis, aruncările libere din baschet etc.), semnalând în acest sens ♦ mizele și interesele extrem de mari și concentrate pe durate mici de timp, ♦ foarte marea discontinuitate temporală (vezi mai jos), precum și ♦ implicarea variabilă a EXP în evenimentele precedente de același tip, adică în SPD-urile anterioare care “amorsează” efectul de momentum. Din aceste aspecte specifice rezultând de fapt și particularitățile efectului de momentum din SPD, și anume: faptul că se manifestă la distanțe mari în timp (chiar și 5 ani), punând în acest fel sub semnul întrebării condiția proximității temporale (considerată până acum obligatorie, pentru apariția efectului de momentum), respectiv că acționează și în cazul jucătorilor neimplicați direct în SPD-urile precedente, deși tinde să o facă mai puternic la cei implicați.

d) *Importanța (valoarea) competiției* a rezultat în principal din constatarea că PPT înregistrat în SPD-urile de la turneele finale ale Cupei Mondiale (71,2%), este semnificativ mai mic decât cele de la turneele finale ale Cupei America (82,7%) și Cupei Europei (84,6%). La care se adaugă și faptul că a existat tendința ca în prima competiție, portarii să apere mai multe penalty-uri decât în celelalte două, fără a se identifica vreun argument care să probeze că portarii din primul caz ar fi mai valoroși (Jordet ș.c., 2007).

e) *Numărul de ordine al penalty-ului, în cadrul SPD și/sau valoarea competiției* reprezintă aspecte de care ține importanța rezultatului penalty-ului (IRP), iar IRP ar adăuga un stres suplimentar asupra EXP. Propunându-și să verifice această supoziție, Jordet ș.c., 2007 au găsit că cel mai mare PPT (86,6%) se înregistrează în cazul penalty-urilor nr. 1 din SPD, celelalte valori înscriindu-se clar pe o curbă descendentă; respectiv 81,7, 79,3, 72,5%. Pentru ca, după un salt crescător (neexplicat în vreun fel de autori) în cazul celui de-al 5-lea penalty (80,0%), PPT să ajungă la valoarea de 64,3%, pentru penalty-urile 6-9, grupate la un loc. De precizat totuși, că diferențe semnificative s-au constatat doar între penalty-urile nr. 1 și grupul penalty-urilor 6-9, respectiv între grupul penalty-urilor 1-3 (82,5%) și 4-9 (73,6%).

f) *Valențele penalty-ului* ar fi ultimul factor probat (Jordet ș.c., 2008) ca generator de CK, în cazul EXP implicați în SPD. Pentru aceasta, cercetătorii în cauză au

împărțit mai întâi penalty-urile în trei categorii: cele a căror fructificare/ratare ducea automat la câștigarea, respectiv pierderea meciului, au fost numite penalty-uri cu valențe pozitive (PVP), respectiv negative (PVN), restul fiind considerate penalty-uri neutre (PN). După care, cele trei categorii de penalty-uri au fost evaluate și comparate, pe baza unor criterii precise și relevante, rezultatele acestor analize arătând în felul următor:

- după criteriul *precizia șutului*, procentul PVN trimise în afara spațiului porții (8,8%) a fost semnificativ mai mare decât al PVP (4,0%) și al PN (6,7%);

- în ce privește *rezultatul*, cele mai puține penalty-uri transformate s-au înregistrat în cazul PVN (61,8%), iar cele mai multe, semnificativ mai multe, în cazul PVP (92,0), procentul PN transformate (73,7%) nedeosebindu-se semnificativ de cel al PVN;

- ultimul calcul a vizat aflarea procentului *penalty-urilor transformate, dintre cele în care portarul plonjase totuși pe partea șutului* - un criteriu folosit și în alte studii, și considerat ca fiind foarte relevant pentru precizia, forța și încrederea cu care este executat șutul. După acest criteriu, situația arată în felul următor: 26,7% pentru PVN și de peste 3 ori (evident semnificativ) mai multe (90,9%) pentru PVP; PN, cu 59,1%, nedeosebindu-se semnificativ de PVN.

Teoriile explicative ale choking-ului la EXP din SDP

Pentru a înțelege de ce rezultatele reținute la punctele "a"-“f” au fost interpretate în felul în care au făcut-o autorii citați mai sus, considerăm necesar să prezentăm în continuare – chiar dacă în cadrul unui spațiu tipografic minim – modelul propus de echipa lui Jordet, pentru a explica CK din cazul EXP implicați în SDP. Nu înainte de a aminti, totuși, cele două categorii de teorii/ipoteze "clasice" ale CK la sportivi, și anume *ipoteza monitorizării explicite* și *ipoteza distragerii*, pentru detalierea cărora sugerăm celor interesați, lecturarea a două foarte bune sinteze, publicate recent (Hill ș.c., 2009; Hill ș.c., 2010).

Modelul avansat de echipa lui Jordet este formulat explicit într-un articol recent (Jordet, 2011) și consideră că CK care-i afectează pe EXP reprezintă un *caz particular de comportament autodistructiv și eșec al autoreglării*. De precizat însă că în construcția respectivului model, s-a pornit de la un cadru conceptual deja clasic (Baumeister ș.c., 1985, citat de Baumeister, 1997), prin care se încerca explicarea a trei bine cunoscute comportamente autodistructive: jocurile de noroc, suicidul și procrastinarea. Modelul *ad hoc* structurat de Jordet (2011) presupune trei pași: ♦ amenințarea la adresa ego-ului/egotismului EXP, ♦ distresul emoțional și ♦ eșecul strategiei de autoreglare adoptată de către EXP.

Egotismul este amenințat în situațiile în care imaginea favorabilă despre sine este pusă la îndoială și încercare, de către agenți sau evenimente externe subiectului. O asemenea amenințare se produce în cazul acțiunii contex-telor „a”-„f” de mai sus, când asupra EXP apasă foarte mari responsabilități, iar presiunea psihică atinge nivele greu de suportat, în condițiile în care acțiunile mai multora dintre factorii generatori de CK se combină,

potențându-se între ele. În aceste situații unice, în care imaginile pline de mândrie și încredere despre (și în) sine (autoadmirația) sunt puse sub semnul întrebării/la încercare, sau contrazise, EXP în cauză resimte (trăiește) un puternic *distres emoțional*. Iar când acest distres devine extrem de dominator, imperios, toate sarcinile, misiunile și responsabilitățile asumate de către EXP, trec în plan secund, prioritatea numărul unu a lui devenind urgenta înlăturare/încetare a distresului. Avem de-a face, în aceste momente, cu un hiatus în comportamentul rațional și premeditat-programat al jucătorului; care ajunge să ignore acțiunile și soluțiile logice, recomandabile și eficiente (eventual chiar exersate), ce ar trebui, și ar putea, să se constituie într-un pattern de autoreglare adaptativă, preferând să dea prioritate, și să se angajeze în măsuri și acțiuni subsumabile așa-numitelor comportamente de fugă, de scăpare (escapist). Comportamente care, speră el instinctiv și complet irațional, îl vor scoate (extrage) din situația respectivă, și/sau vor face să înceteze distresul. În cazul specific al SPD, comportamentele de acest gen – dovedite a deteriora performanța EXP, am văzut-o mai sus – sunt: scurtarea TRPA și evitarea îndreptării privirii către portar/poartă. Totul concretizându-se, în ultima instanță, în ratarea penalty-ului.

Concluzii

1. Penalty-ul din fotbal și în special SPD-urile din marile turnee internaționale, reprezintă un câmp de studiu de mare interes și actualitate, constatările multora dintre cercetările recente având relevanță nu doar pentru fotbal și sport, ci și pentru economia comportamentală, ca domeniu ce studiază efectele factorilor sociali, cognitivi și emoționali, asupra deciziilor economice ale indivizilor și instituțiilor.

2. Cedarea/căderea psihică (CK) survine nedorit – dar explicabil – de frecvent la EXP, iar factorii care-l generează țin de statusul public al jucătorului și echipei, de palmaresul acesteia în ce privește SPD-urile, de importanța competiției, de numărul de ordine al penalty-ului în cadrul SPD, precum și de valențele penalty-ului.

3. CK întâlnit la EXP are unele caracteristici specifice, el părând a se constitui într-un caz particular de comportament autodistructiv și eșec al autoreglării.

Conflicte de interese

Nu sunt conflicte de interese.

Precizări

Articolul are la bază idei și secvențe dintr-o carte dedicată exclusiv penalty-ului, pe care autorul o are în pregătire.

Bibliografie

- Bar-Eli M, Avugos S, Raab M. Twenty years of „hot hand” research: Review and critique. *Psychol Sport Exerc*, 2006; 7:525-553
- Baumeister RF. Esteem threat, self-regulatory breakdown, and emotional distress as factors in self-defeating behavior. *Rev Gen Psychol*, 1997;1:145-174.
- Beilock SL, Bertenthal BI, McCoy AM et al. Haste does not

- always make waste: Expertise, direction of attention, and speed versus accuracy in performing sensorimotor skills. *Psychonomic Bull & Rev*, 2004;11:373-379
- Dohmen T. Do professionals choke under pressure? *J Econ Behav Org*, 2008; 65(3-4):636-653.
- Hill DM, Hanton S, Fleming S, et al. A re-examination of choking in sport. *Eur J Sport Sci*, 2009; 9(4):202-212.
- Hill DM, Hanton S, Matthews N. et al. Choking in sport: a review. *Int Rev Sport Exerc Psychol*, 2010; 3(1):24-39.
- Jordet G, Elferink-Gemser MT, Lemmink KAPM et al. The „Russian roulette” of soccer?: Perceived control and anxiety in a major tournament penalty shootout. *Int J Sport Psychol*, 2006; 37:281-298.
- Jordet G, Hartman E, Visscher C, et al. Kicks from the penalty mark in soccer: The roles of stress, skill, and fatigue for kicks outcomes. *J Sport Sci*, 2007; 25(2):121-129.
- Jordet G, Hartman E. Avoidance motivation and choking under pressure in soccer penalty shootouts. *J Sport Exerc Psychol*, 2008; 30:450-457.
- Jordet G, Hartman E, Sigmundstad E. Temporal links to performing under pressure in international soccer penalty shootouts. *Psychol Sport Exerc*, 2009; 10:621-627.
- Jordet G. When superstars flop: Public status and choking under pressure in international soccer penalty shootouts. *J Appl Sport Psychol*, 2009a; 21(2):125-130.
- Jordet G. Why do English players fail in soccer penalty shootouts? A study of team status, self regulation, and choking under pressure. *J Sport Sci*, 2009b; 27:97-106.
- Jordet G. Performing under pressure: What can we learn from football penalty shootouts? *J Appl Sport Psychol*, 2011; 7:11-13.
- Jordet G, Elferink-Gemser MT. Stress, coping, and emotions on the World Stage: The experience of participating in a major soccer tournament penalty shootout. *J Appl Sport Psychol*, 2012; 24(1):73-91.
- Jordet G, Hartman E, Vuijk PJ. Team history and choking under pressure in major soccer penalty shootouts. *Brit J Psychol*, 2012; 103(2):268-283.

Websites

- (1) <http://www.goal.com/en/news/166/europa-league/2013/05/15/3980434/lampard-chelsea-havent-practised-penalties-for-europa-league> Vizitat in 11.06.20
- (2) <http://www.guardian.co.uk/football/2009/jun/14/stuart-pearce-england-under21-european-championship> Vizitat in 11.06.2013