

Psicologia do Esporte e jovens tenistas: Relato de uma experiência

Mariana Hollweg Dias
Marco Antônio Pereira Teixeira
Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

RESUMO

Este relato de experiência descreve uma intervenção psicológica realizada junto a uma equipe infanto-juvenil de tênis. Inicialmente, contextualiza-se de modo sucinto a Psicologia do Esporte enquanto área emergente de atuação da Psicologia no âmbito brasileiro, ressaltando-se o pequeno número de publicações na área comparativamente a outras áreas. A seguir são relatadas as intervenções realizadas com atletas, treinadores e pais. Por fim, discute-se a importância desse tipo de intervenção e a necessidade de que os psicólogos se apropriem dessa área de atuação, tanto no âmbito da prática profissional quanto da produção de pesquisas.

Palavras-chave: Psicologia do esporte, tênis, adolescentes.

ABSTRACT

Sport Psychology and Junnior Tennis Players: Report of an experience

This report of an experience relates a psychological intervention done with a junior tennis players team. At he beginning, the Sport Psychology is seen in a narrow way as an emerging field of Psychology work in Brazil, putting in evidence the few number of issues published in this area comparing to others. Following, some interventions done with athletes, coaches and parents are related. Finally, the importance of this kind of intervention and the need of more professionals working in this field either practicing or doing researches is discussed.

Key words: Sport psychology; tennis; adolescents.

A Psicologia do Esporte é um campo da Psicologia que vem se desenvolvendo cada vez mais no Brasil nos últimos anos (Rubio, 2003). Contudo, sua presença nos currículos de graduação em Psicologia é muito tímida, ao menos quando se compara aos cursos de Educação Física (Rubio, 2000), e mesmo a outras áreas emergentes de atuação. Com relação à produção científica na área, a quantidade de material publicado ainda é pequena se compararmos a outros países ou ainda com o número de publicações em outras áreas da Psicologia brasileira. Tais fatos sugerem que, mesmo havendo um maior envolvimento nessa área de atuação, em nosso país a Psicologia do Esporte ainda não foi devidamente apropriada pela Psicologia, tanto é verdade que profissionais de outras áreas vêm desenvolvendo trabalhos que deveriam ser realizados por psicólogos (Rubio, 1999; Epiphanyo, 1999). Este relato de experiência tem por objetivo chamar a atenção para a Psicologia do Esporte enquanto área emergente de

atuação para a Psicologia, salientando a importância de ampliar a sua divulgação no meio acadêmico, além de oferecer subsídios para se pensar a intervenção psicológica em equipes de jovens atletas.

A maior difusão da Psicologia do Esporte é em relação ao esporte de alto nível ou alto rendimento. Em função do elevado índice de aperfeiçoamento de técnicos e atletas, percebeu-se que havia atitudes psicológicas que favoreciam alguns atletas, o que motivou o início das investigações dos fenômenos psicológicos relacionados à prática esportiva, ou seja, o uso da Psicologia como uma ferramenta para a otimização da performance (Epiphanyo, 1999). Mas é importante assinalar que além dessa área de atuação – esporte de alto rendimento, visando a otimização da performance – há outras dentro do próprio campo da Psicologia do Esporte. Samulski (1989) aponta pelo menos outras três áreas: o esporte escolar, que enfoca a questão socioeducativa do esporte; o esporte recreativo, que

tem em vista o bem-estar das pessoas; e, ainda, o esporte de reabilitação, que engloba o trabalho tanto com atletas lesionados como portadores de deficiência física e mental. Em função dessas diversas possibilidades de intervenção, atualmente tem-se preferido chamar esta área de estudo de Psicologia do Esporte e do Exercício (ao invés de Psicologia do Esporte) pois tal termo deixa mais claro que o trabalho não é só voltado aos atletas de elite.

Segundo Weinberg e Gould (2001), uma das áreas de atuação mais importantes da Psicologia do Esporte está no esporte infanto-juvenil, pois crianças e jovens compõem a maior população de praticantes de esporte. O envolvimento com a atividade física vai desde as aulas de educação física na escola, passando pelas escolinhas de iniciação esportiva, os jogos recreativos, até a participação em uma equipe de competição.

A atividade esportiva, além de contribuir para o desenvolvimento físico, é fonte de muitos benefícios para o desenvolvimento psicológico e social de crianças e adolescentes. A prática esportiva permite que eles estejam entre amigos, e é sabido que o convívio em grupo é muito importante nessa fase do desenvolvimento. O esporte também exige o cumprimento de certas regras pelas quais o jogo é caracterizado, sendo então um exemplo da importância da internalização de regras, que se o jovem for capaz de generalizar para outras situações contribuirá para o seu convívio em sociedade. A prática esportiva também leva o jovem a conhecer-se melhor, pois ele estará confrontando-se com seus limites, aprendendo a lidar com fracassos bem como afirmando as suas potencialidades. Neste sentido, o esporte também contribui para o desenvolvimento da auto-estima e da auto-eficácia do atleta. No meio esportivo o jovem ainda precisa lidar com as expectativas dos pais, dos treinadores e com as suas próprias, o que auxilia no processo de amadurecimento (Machado, 1997; Marques, 2003; Weinberg e Gould, 2001).

É claro que para que o esporte seja fonte de tantos benefícios há que ser bem conduzido por profissionais competentes e atentos a todos os aspectos do desenvolvimento infanto-juvenil, já que o efeito positivo do esporte está diretamente relacionado com o modo de condução desta prática (Weiss in Epiphany, 2002; Weinberg e Gould, 2001). Assim, o trabalho de psicólogos do esporte junto a essa população tem uma importante implicação na criação de programas esportivos que sejam seguros e saudáveis do ponto de vista psíquico para os jovens. O modo como se dá a iniciação esportiva e um possível envolvimento futuro com a especialização e participação em competições deve ser objeto de atenção daqueles que trabalham com jovens atletas. Uma questão importante diz respeito aos

possíveis malefícios ou benefícios da competição na infância e adolescência. De acordo com Marques (2003), a competição pode sim ser benéfica, desde que encarada de uma maneira que o jovem sintam-se bem. Para que a prática esportiva seja benéfica a crianças e adolescentes, deve ter como objetivo principal o seu desenvolvimento físico e psicológico, sendo a competição um aspecto subsidiário.

Dada a relevância da área de atuação em Psicologia do Esporte, em especial no seu envolvimento com jovens atletas, apresenta-se, a seguir, um relato de experiência de estágio extracurricular em Psicologia do Esporte desenvolvido junto a uma equipe infanto-juvenil de tênis.

RELATO

O contexto

A intervenção descrita aqui foi realizada durante quatro meses junto ao departamento de tênis de um clube social em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul, tendo como foco crianças e adolescentes tenistas e equipe de treinadores. A inserção da Psicologia no clube em questão deu-se através de um convite informal de integrantes do clube com a primeira autora deste relato, à época estagiária em Psicologia, que elaborou o projeto em conjunto com o supervisor (segundo autor) e apresentou-o ao clube. Havia uma preocupação do clube tanto com o comportamento dos pequenos atletas que não sabiam lidar com derrotas, quanto com a preparação global dos atletas principais do clube, nos quais é feito um grande investimento. Outro aspecto citado pelos dirigentes, neste momento, foi que alguns pais se envolviam em demasia com a carreira esportiva dos filhos, chegando até mesmo a haver conflitos entre as opiniões da equipe técnica e as dos pais. É relevante frisar que o clube procurou a Psicologia em um momento muito bom da equipe, sendo que no mês anterior à procura havia conquistado um importante torneio. Ou seja, a Psicologia não foi procurada para resolver uma situação crítica ou urgente, mas sim com a intenção de tornar o trabalho ainda melhor.

Na época da intervenção o clube contava com cerca de 200 atletas tenistas, incluindo neste número desde a iniciação esportiva até os atletas de ponta, além daqueles que jogavam tênis por recreação. Eram quatro os treinadores, sendo um deles coordenador geral. Os jovens tenistas eram divididos em grupos de treinamento: o “mini-tênis”, com aulas destinadas às crianças de 4 a 6 anos; a “escolinha” que trabalhava com iniciantes entre de 7 a 15 anos; a “pré-equipe”, da qual faziam parte os atletas que foram promovidos da escolinha por terem atingido determinando nível téc-

nico; e as equipes “B” e “A”, compostas por atletas de 11 a 19 anos.

Os atletas que faziam parte das equipes possuíam um nível técnico mais apurado. Cerca de 30 atletas treinavam na “equipe B”. Dentre esses atletas, alguns tinham como objetivo a competição, mas a maioria via no tênis um momento de lazer e descontração, não tendo por objetivo maior competir. Já os 10 atletas da “equipe A” eram os atletas de ponta do clube, e se dedicavam mais aos treinos e competições. Havia um preparador físico e um treinador que trabalhavam exclusivamente com os atletas da “equipe A”. Para fazer parte da “equipe A”, além de competência técnica o atleta deveria mostrar interesse em ter um compromisso maior com os treinamentos e participar de competições.

O diagnóstico

O período de diagnóstico estendeu-se por três semanas e constou basicamente de entrevistas e observações. Foram feitas entrevistas e reuniões com treinadores, atletas e preparador físico. Buscou-se, dessa forma, entender a realidade do funcionamento da equipe e que tipo de demanda haveria para um trabalho de Psicologia. Neste período, também foi realizada uma reunião com os pais dos atletas para a apresentação da proposta e esclarecimentos sobre em que consistiria o trabalho.

A aproximação com os atletas deu-se através de conversas informais, entrevistas individuais e reuniões de grupo com as diversas equipes. Através desse trabalho foi possível desmistificar a idéia de que “psicólogo é coisa para louco” e construir junto com eles, a partir das idéias que traziam, o que uma psicóloga pode fazer em uma equipe de tênis. Foram muito ricas as discussões dos grupos. Os atletas falaram do nervosismo antes da competição, da falta de concentração e/ou motivação que sentiam em alguns momentos, da relação com pais e treinadores, entre diversos outros assuntos. A eles também foi explicado que aquele era um período de observações a partir do qual se proporia um projeto de trabalho.

A equipe técnica (treinadores e preparador físico) de uma maneira geral foi muito receptiva. Foram muitas as conversas com cada um na beira das quadras. Eles contaram como funcionava a equipe e quem desenvolvia que tipo de trabalho. Além disso traziam muitas histórias individuais de cada atleta, falando das peculiaridades de cada um, e de como algumas vezes se angustiavam por não saberem a melhor forma de agir. Outro tópico comentado foi a relação com os pais. Os treinadores falaram que muitas vezes é difícil o relacionamento deles com determinados pais que “invertem os papéis” na hora do jogo, querendo orientar o

atleta taticamente. Falaram do problema que trazem os pais que cobram muito dos atletas e também daqueles que nada incentivam. Por convite deles a estagiária participou de uma reunião semanal onde eles discutiram o planejamento dos treinos e falavam de cada atleta, o que também permitiu que se avaliasse como a equipe técnica funcionava enquanto grupo.

As intervenções

Em relação ao trabalho com os atletas, foi dada prioridade ao atendimento (tanto individual quanto em grupo) dos atletas que estavam competindo, em função da impossibilidade de atender a todos e da proximidade do final da temporada. Apesar disso, encontros de grupo também foram realizados com os pré-adolescentes e adolescentes que não eram atletas considerados “de ponta”.

Para o estabelecimento de um plano de trabalho com os atletas foi levada em consideração a periodização do treinamento. Markunas (2003) define periodização como um processo pedagógico de organização do treinamento esportivo em períodos. Assim, o plano de treinamento psicológico, tanto quanto o físico, o técnico e o tático deve ser organizado de acordo com as metas do atleta levando em conta o calendário competitivo (Markunas, 2003; Martini, 2000). Por esse motivo o trabalho de intervenção em Psicologia do Esporte deve ser programado juntamente com a equipe técnica.

Optou-se nesta experiência por uma abordagem chamada de preparação psicológica, ao invés de apenas treinamento psicológico. Segundo Markunas (2003), a preparação psicológica inclui o treinamento psicológico (treinamento de habilidades psicológicas como a capacidade de concentração, de auto-relaxamento, de automotivação) mas vai além dele. Com ela busca-se trabalhar as habilidades pessoais de maneira global a fim de que o atleta saiba lidar com as situações de competição e com todas as exigências e tarefas da vida esportiva da melhor forma possível.

A intervenção, contudo, não se restringiu aos atletas. Como aponta Garcia (2004), o trabalho da Psicologia do Esporte dirigida aos treinadores é tão ou ainda mais importante que o trabalho feito com os desportistas, se levarmos em conta a grande influência que têm os treinadores sobre seus atletas, especialmente quando esses são muito jovens. A partir do diagnóstico verificou-se que seria muito importante um trabalho de assessoria junto aos treinadores, sendo esse olhar diferenciado da psicologia sobre os atletas algo que possivelmente beneficiaria a equipe como um todo. Os treinadores mostraram-se muito dispostos a essa interlocução procurando e valorizando a opinião da estagiária desde o princípio. Por fim, também bus-

cou-se desenvolver atividades com os pais, uma vez que estes são fundamentais para que os jovens estabeleçam e mantenham seu vínculo com o esporte, constituindo-se no terceiro elo do “triângulo esportivo” (Smoll in Gordillo, 2000).

Na elaboração do projeto, foi levado em consideração que o grupo-alvo eram jovens em desenvolvimento e que o trabalho deveria buscar tornar o meio esportivo o mais saudável possível, ainda que competitivo. Sendo assim, este trabalho teve por objetivo primordial promover a saúde psicológica dos atletas através de intervenções grupais e individuais, assim como auxiliar a equipe técnica, bem como os pais, a compreender melhor as reações dos jovens atletas e a comunicar-se mais efetivamente com eles. A seguir, são apresentados os trabalhos que foram desenvolvidos.

Trabalho de grupo com os atletas

Optou-se por intervenções grupais com os jovens atletas por supor-se que, desse modo, seria possível que compartilhassem suas experiências em relação ao esporte, dividindo alegrias, tristezas ou angústias, aprendendo uns com os outros e reforçando o sentimento de equipe entre seus integrantes. Marques (2003) coloca que o atleta percebe que o grupo o ajuda a alcançar seu melhor potencial na equipe, independentemente da modalidade esportiva ser individual ou coletiva. A importância dada ao relacionamento com a equipe está associada ao fato de que muitas vezes a equipe torna-se uma espécie de segunda família do atleta, pois todos têm o mesmo objetivo e convivem várias horas por dia.

Os encontros foram orientados por temas, nos quais diversas questões que vêm sendo apontadas pela literatura como foco de intervenção em Psicologia do Esporte foram trabalhadas: modos de manejo e enfrentamento do estresse competitivo, atenção e concentração, motivação, ansiedade, incremento das habilidades de comunicação, coesão de equipe, expectativas em relação ao esporte, decepções, cobranças, entre outros (Figueiredo, 2000; Machado, 1997; Rubio, 2000).

Partindo desses pressupostos, foram formados dois grupos. Um deles foi constituído pelos atletas da “equipe A”, entre 13 e 17 anos, que tinham como objetivo a competição e por isso um nível de treinamento mais exigente. O outro foi formado tanto por atletas da “equipe A”, “equipe B”, e da “pré-equipe”, entre 8 e 12 anos.

Grupo com os atletas de 13 a 18 anos

Todos os atletas entre 13 e 18 anos que treinavam na “equipe A” foram convidados a participar. Os atletas passaram por uma entrevista individual, na qual foi

apresentada a proposta do grupo, sendo que todos concordaram em fazer parte do mesmo. O grupo teve uma frequência quinzenal e a maioria dos participantes teve também um acompanhamento individual. O objetivo deste grupo era trabalhar com os atletas questões referentes à competição, aos treinamentos, ao relacionamento da equipe e ainda ao fato de serem atletas e adolescentes. Esperava-se com isso que eles se sentissem mais aptos a lidarem com todas essas questões que permeiam o universo esportivo, o que poderia se refletir tanto em sua qualidade de vida quanto em sua performance.

Os encontros foram geralmente muito produtivos. Os atletas foram participativos, engajando-se nas discussões propostas. Mesmo treinando juntos, havia entre eles diferenças em relação aos objetivos quanto ao tênis e o momento atual de cada um. A essas peculiaridades era dada atenção nos acompanhamentos individuais, e no grupo elas enriqueciam a discussão.

O grupo decidia os temas a serem trabalhados. Baseado nisso a estagiária planejava o encontro com algum material ou dinâmica que levasse a discussão e a reflexão sobre o tema. Foram trabalhados os seguintes temas: aspectos psicológicos envolvidos na prática do tênis como um todo; importância do estabelecimento de metas, de ter um espírito de equipe, de estar motivado e concentrado; objetivos em relação ao tênis, incluindo projeto futuro; fatores motivacionais; discussão sobre possíveis fatores que poderiam os levar a abandonar a prática esportiva; frustração frente às derrotas; relacionamento com o treinador; metas e perspectivas para o próximo ano, além de exercícios de relaxamento e visualização.

Grupo com atletas de 8 a 12 anos

O grupo realizado com os atletas entre 8 e 12 anos foi escolhido de acordo com a indicação do treinador coordenador, que usou como critério a assiduidade aos treinamentos e o desejo de competir. Alguns deles já competiam e outros estavam investindo no treinamento para ter bons resultados no próximo ano. Essa heterogeneidade buscava também levar a uma maior integração e à possibilidade de compartilhar experiências. Estes atletas tinham em comum a faixa etária e a dedicação ao esporte.

O objetivo do trabalho em grupo era o mesmo do primeiro grupo já citado. No entanto, por tratar-se de uma faixa de desenvolvimento diferenciada, focalizou-se menos a performance e mais o caráter socioeducativo do esporte. A intenção era que esse fôsse um trabalho de base para que estes atletas chegassem às próximas categorias mais aptos a lidar com a competição. A frequência deste grupo foi semanal.

Devido à rotatividade de participantes, foi difícil dar uma seqüência ao trabalho. A definição dos membros do grupo ficou por conta do treinador coordenador, sendo os critérios de seleção não muito claros. À medida que os atletas indicados faltavam outros iam sendo chamados. Alguns atletas (em torno de cinco) estiveram presentes assiduamente e tiveram um melhor aproveitamento do trabalho. A falta de clareza quanto aos critérios utilizados pelo treinador na seleção dos participantes, embora não tenha sido trazida pelos atletas como uma questão problemática, já sugeria ausência de objetivos claros em relação aos atletas por parte da equipe técnica, o que seria um ponto de intervenção no trabalho de assessoria.

Considerando-se a sua faixa etária, eram sempre criadas dinâmicas para que se trabalhasse os temas envolvendo música, jogos, dramatizações, criação de histórias, enfim, tudo que pudesse ajudar a estimular a expressão e a reflexão sobre algum tema. Em geral eles foram muito participativos e dispostos ao trabalho. Nos grupos foram trabalhados temas como: o que os motiva a jogar tênis; aspectos bons e ruins das competições, abordando aí o significado das vitórias e derrotas e também como lidar com a frustração. Um dos aspectos mais enfatizado nos últimos encontros foi a integração da equipe, já que notou-se que havia muitas disputas internas e formação de “panelinhas”, faltando união e espírito de equipe.

Acompanhamento individual aos atletas

O acompanhamento individual teve por meta propiciar um momento paralelo ao grupo criando um espaço de escuta e reflexão no qual pudessem ser tratadas questões mais específicas que permeavam a prática esportiva de cada atleta. De fato, a preparação psicológica de um atleta requer um conhecimento amplo de sua história de vida e perspectivas de rendimento, suas expectativas e possibilidades, bem como suas limitações e desafios (Markunas, 2003). Além disso, o esporte assume grande relevância dentro do contexto de vida do atleta uma vez que este depende muito tempo com treinos e competições, sendo que é neste ambiente que vivencia muitas experiências de vida e sentimentos importantes (Marques, 2003). Assim, é possível que intervenções realizadas neste contexto e as mudanças ou aprendizagens aí efetivadas possam afetar outras áreas das vidas dos atletas.

Seis atletas da equipe “A” tiveram esse acompanhamento, realizado uma vez por semana. O atendimento foi pautado por um modelo focal, centrado nas questões relativas ao esporte, e limitado ao tempo de permanência da estagiária na instituição.

Conforme Epiphanyo (2002), a Psicologia do Esporte pode ser um instrumento que auxilie a reduzir a

intensidade dos conflitos que resultam da prática do esporte. No caso de jovens atletas, boa parte destes conflitos estão relacionados à ansiedade que surge em função das inúmeras cobranças que recebem quanto ao seu desempenho: além de cobranças no colégio, existe a pressão dos pais em casa e, no clube, dos treinadores, colegas de equipe e mesmo de patrocinadores (Marques, 2003).

Em uma pesquisa aonde foram analisados dados resultantes de acompanhamentos psicológicos com atletas adolescentes de alto-nível, Epiphanyo (2002) ainda cita como questões conflituosas para os jovens atletas além da cobrança excessiva de pais e treinadores, o seu oposto, ou seja, a falta de incentivo dos pais a prática esportiva. O fato de não ter uma vida social como a de outros adolescentes em função das exigências do treinamento também foi outro aspecto conflitivo ao lado da instabilidade da vida do atleta que leva ao abandono de esporte na área de fazer uma opção profissional.

Todas essas questões citadas pela literatura estiveram presentes no discurso dos adolescentes atendidos. A questão da cobrança em relação ao desempenho tanto dos pais quanto dos treinadores bem como a sua própria levava-os a reflexão a respeito de como lidar com frustrações e realizações resignificando-as para que assim pudessem lidar com essas situações de forma benéfica. O estabelecimento de metas, a curto, médio e longo prazo também foi enfatizada para que assim se mantivessem motivados, focados em seus objetivos e constantemente reavaliando seus limites e suas potencialidades. As dificuldades enfrentadas para conciliar a vida escolar e os treinamentos e viagens também eram discutidas no intuito de ajudá-los a melhor se organizarem. Os sentimentos de tristeza, frustração e impotência diante de uma lesão que os afastava temporariamente dos treinos podiam ser acolhidos e resignificados nos encontros.

Assessoria aos treinadores

Marques (2003) coloca que os técnicos são os principais alicerces do esporte, influenciando, e muito, na educação dos esportistas. O papel do técnico vai muito além da transmissão de conhecimentos técnicos ou científicos visando o desempenho; ele inclui também a facilitação da realização do atleta como ser humano (Marques e Kuroda, 2000).

Na intenção de contribuir para que os treinadores pudessem lidar com a sua difícil tarefa é que foi proposto o trabalho de assessoria. O objetivo era que pudessem ampliar sua compreensão do comportamento dos atletas a partir da interlocução com a psicologia. Machado (1997) coloca que com o trabalho de assessoria espera-se que seja possível capacitar a equipe

técnica a identificar essas variáveis-problema e a adotar procedimentos mais adequados. Ainda, ressalta que quanto mais conhecimento a respeito das técnicas esportivas, das táticas e dos regulamentos, mais eficácia terá o assessor no desempenho de sua função.

Tal assessoria foi realizada em reuniões periódicas com treinadores e preparador físico. Nas reuniões, além de se falar de alguns atletas em especial, foram abordadas questões a respeito da importância e responsabilidade deles enquanto treinadores de jovens e que implicações isso tem para a prática. Questões como motivação e comunicação técnico-atleta foram discutidas inclusive com o subsídio de textos.

No trabalho de assessoria, além das reuniões, foram preciosas as conversas informais na beira da quadra durante os treinos. Os treinadores demonstraram sentirem-se à vontade para conversar com a estagiária sempre que precisavam lidar com situações-problema, mesmo quando se tratava de atletas que não participavam dos programas de intervenção, o que refletiu a conquista de um lugar dentro do clube, sendo entendido como um outro olhar que vem a somar dentro da equipe.

A comunicação foi um dos aspectos que mais chamou a atenção no trabalho com a equipe. Este é um fator que precisa ser trabalhado em todos os seus aspectos. Notou-se uma falha de comunicação entre os treinadores, quando por exemplo, na reunião de avaliação sobre o novo sistema de treinamento apareceram opiniões diversas sobre um mesmo assunto que deveriam ter sido trabalhadas entre eles, antes da implementação do programa. Além disso, treinadores e atletas reconheceram que a comunicação entre eles precisava melhorar. De fato, os atletas necessitam estar cientes do que os treinadores esperam deles, e os treinadores precisam estar cientes dos objetivos de cada atleta com os quais trabalham. Muitas vezes a estagiária foi mediadora dessas conversas, buscando aproximar mais atletas e treinadores.

Em pesquisa realizada por Marques (2003) foi constatado que os atletas têm uma grande necessidade de poder interagir com o técnico a fim de entender seus conselhos e objetivos. Em nossa prática também sentimos essa necessidade de aprimorar a comunicação entre atletas e treinadores, sendo que este foi um dos principais focos de intervenção, já que as dificuldades na comunicação dentro de um grupo esportivo podem trazer fracassos nas relações e conseqüentemente no rendimento da equipe (Fuoss e Tropmann in Becker Jr., 2000).

Entrevistas com os pais

Sabe-se que os pais, ou outras pessoas que assumem esta função, têm um papel importantíssimo para o desenvolvimento de crianças e adolescentes. Dada a

grande influência que têm os pais sobre os filhos, Marques (2003) ressalta que a Psicologia do Esporte pode contribuir para que o relacionamento e a influência recebida dos pais sejam positivos. O psicólogo pode orientar para que o filho compreenda o apoio do pai e o pai saiba apoiar e incentivar adequadamente seu filho. Weinberg e Gould (2001) colocam que um profissional da ciência do esporte e do exercício tem um importante papel de educar e informar os pais sobre como eles podem ajudar a tornar melhor a experiência esportiva de seus filhos. Segundo Gordillo (2000), o psicólogo deveria conscientizar os pais sobre o processo de formação esportiva além de orientá-los sobre como agir frente aos erros, as vitórias, as derrotas, a atuação do árbitro ou as orientações dos treinadores a seus atletas.

Ciente da importância dos pais tanto no incentivo para a iniciação esportiva quanto para a manutenção dessa, é que a estagiária colocou-se à disposição para entrevistas, procurando construir com eles alternativas para os problemas apontados. Alguns pais procuraram o atendimento espontaneamente. Traziam questões como a preocupação com o rendimento escolar dos filhos em função das faltas na escola em dias de campeonato e mesmo do pouco tempo que dedicavam ao estudo em função do treinamento; preocupavam-se sobre o quanto deveriam intervir na definição de metas para a carreira esportiva de seus filhos; questionavam os métodos de treinamento e a relação com os treinadores e dirigentes, entre outros assuntos. Outros pais foram chamados por questões particulares relevantes discutidas nas reuniões da equipe técnica. Em geral essas questões giravam em torno de dois temas opostos, a excessiva intromissão dos pais na vida esportiva dos filhos, incluindo cobranças relativas a desempenho e ao próprio treinamento, ou da falta de incentivo e de aposta nas potencialidades de seu filho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De Rose Jr. (2000) afirma que existe ainda um receio por parte de técnicos, atletas e demais membros de comissões técnicas em relação à presença de psicólogos em equipes esportivas. O psicólogo é muitas vezes visto como alguém que chega para invadir a privacidade dos atletas ou ameaçar o relacionamento entre atletas e técnicos e outros membros da comissão técnica. Felizmente, essa não foi a realidade encontrada na experiência aqui relatada, uma vez que houve receptividade ao trabalho. De fato, pode-se pensar que cada vez mais a Psicologia do Esporte está se fazendo necessária e tendo sua importância reconhecida. No entanto, é preciso lidar com as expectativas de que em pouco tempo é possível fazer um trabalho “mágico”

que irá resolver todos os problemas. Esta é uma expectativa que quase sempre há em relação à Psicologia, e com a qual o profissional tem de aprender a lidar, desmistificando o seu fazer.

Acredita-se que o mais interessante nessa intervenção é que, devido ao investimento afetivo do jovem nas questões referentes à prática esportiva, uma intervenção focalizada no esporte pode generalizar-se para outros aspectos de sua vida. Assim, quando se trabalha com um jovem atleta que tem dificuldades em lidar com derrotas, afastando-se das competições por medo do fracasso, espera-se que ele possa se beneficiar dessa intervenção generalizando suas estratégias de enfrentamento da dificuldade para outros contextos vitais importantes como, por exemplo, naquilo que diz respeito a seu futuro profissional.

Avaliou-se que o trabalho de assessoria a treinadores é um instrumento de intervenção muito valioso. No diálogo com a equipe técnica é possível compartilhar de diversos pontos de vista, enriquecendo o trabalho de todos. Nessas intervenções, o psicólogo pode ajudar a subsidiar a prática do treinador, tornando a relação deles com os atletas cada vez mais efetiva, trazendo ganhos no âmbito interpessoal e também no desempenho atlético. Da mesma forma, as informações sobre os atletas e as observações a respeito deles feitas pelos treinadores contribuem substancialmente para o trabalho do psicólogo.

A intervenção descrita teve a duração de apenas quatro meses, sendo difícil, neste curto período, falar em termos de resultados obtidos em função do trabalho. Teve-se uma avaliação subjetiva por parte dos participantes do projeto, tanto treinadores quanto atletas, excelente. Os treinadores falaram da importância do trabalho na medida em que se sentiram mais apoiados e respaldados para a execução de sua função, enriquecendo seus conhecimentos e questionando-se sobre sua prática constantemente. Já os atletas demonstraram vontade de continuar tanto com os grupos quanto com o acompanhamento individual, ressaltando o quanto o trabalho havia lhes proporcionado uma aprendizagem e apoio nas questões que permeiam suas vidas. Esses resultados levaram à contratação da estagiária no ano seguinte, agora como profissional, para que fosse dada continuidade ao trabalho. No decorrer da intervenção, portanto, percebeu-se uma boa aceitação e reconhecimento do trabalho da Psicologia no âmbito do esporte. Mas qual seria a especificidade do trabalho do psicólogo na área da psicologia esportiva, já que esta é uma área de intersecção entre as diversas ciências do esporte?

O psicólogo de esporte, além de ter os conhecimentos específicos da área de Psicologia, que envolvem modos de diagnosticar e de intervir, precisa ter

conhecimento das questões relacionadas com o universo dos atletas, como conhecimento na área de biomecânica e anatomofisiologia e das características peculiares às várias modalidades esportivas (Rubio, 2000). Entende-se que são tantas as especificidades que dizem respeito à vida de um atleta, que o psicólogo que pretende atuar na área deve buscar o conhecimento das diversas variáveis presentes no meio esportivo e que provavelmente afetam os aspectos cognitivos, afetivos e comportamentais do atleta (De Rose Jr., 2000)

É a essa questão que Rubio (2000) se refere quando se fala em Psicologia *do* Esporte e Psicologia *no* Esporte. Psicologia *do* Esporte seria um campo formado pelos conhecimentos originários da Educação Física/esporte e da Psicologia, e Psicologia *no* esporte é uma aplicação clínica, educacional ou organizacional ao esporte. A partir disso, entende-se que a Psicologia *no* Esporte diz respeito a uma área aplicada da Psicologia a este contexto. Ela passaria a ser Psicologia *do* Esporte quando além de aplicar seus conhecimentos do campo psi, o psicólogo leva em conta as especificidades do meio esportivo, o que seria o ideal para um trabalho efetivo.

Com a experiência oriunda dessa intervenção, percebeu-se que os profissionais de áreas afins, principalmente da Educação Física, têm muito a contribuir para o desenvolvimento da Psicologia do Esporte. No entanto, é importante que não se perca de vista a especificidade do trabalho do psicólogo na área esportiva. A preparação psicológica vai muito além de um “treinamento mental” (que geralmente se caracteriza pela aplicação de técnicas comportamentais que levam ao incremento de habilidades psicológicas necessárias ao bom rendimento esportivo), estando envolvidos também trabalhos de avaliação psicológica, acompanhamento, apoio ou orientação individual ou em grupo (Markunas, 2003). Isto requer um entendimento do funcionamento psicológico, uma base teórica e metodológica que só a formação em Psicologia oferece, portanto, é nesse trabalho que se encontra a especificidade do trabalho do psicólogo do esporte.

Ainda que se perceba um aumento significativo nos estudos em Psicologia do Esporte realizados no Brasil, ainda há muito a ser feito. Para citar um exemplo, além dos poucos artigos publicados, ainda se tem aqui poucos testes psicológicos específicos para o esporte desenvolvidos no país. Então, é necessário que os psicólogos correspondam ao crédito que tem sido dado à sua especificidade e procurem atuar no meio esportivo, desenvolvendo pesquisas e intervenções e compartilhando cada vez mais suas idéias e resultados com a comunidade acadêmica e profissional.

REFERÊNCIAS

- Becker Jr., B. (2000). *Psicologia aplicada à criança no esporte*. Novo Hamburgo: FEEVALE.
- Becker jr., B & SAMULSKI, D. (1998). *Manual do Treinamento Psicológico para o Esporte*. Novo Hamburgo: FEEVALE.
- De Rose Jr., D. (2000). O esporte e a psicologia: enfoque do profissional do esporte. In: K. Rubio (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção* (pp. 29-39). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Epiphanyo, E. J. (1999). Psicologia do esporte: apropriando a desapropriação. *Psicologia Ciência e Profissão*, 19, 3, 70-73.
- Epiphanyo, E. H. (2002). Conflitos vivenciados por atletas quanto à manutenção da prática esportiva de alto rendimento. *Estudos de psicologia*, 19, 1, 15-22.
- Figueiredo, S. H. (2000). Variáveis que interferem no desempenho do atleta de alto rendimento. In K. Rubio (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção* (pp. 113-124). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Garcia, F. G. (2004). O assessoramento psicológico e sua valorização no transcurso do processo de formação desportiva. In R. M. Scalon (Org.). *A psicologia do esporte e a criança* (pp. 207-239). Porto Alegre: EDIPUCRS.
- Gordillo, A. (2000). Intervenção com os pais. In: B. Becker Jr. *Psicologia aplicada à criança no esporte* (pp. 29-39). Novo Hamburgo: FEEVALE.
- Machado, A. A. (1997). Psicologia do esporte: sua história. In A. A. Machado (Org.). *Psicologia do esporte: temas emergentes I* (pp. 45-57). Jundiaí: Ápice.
- Marques, M. G. (2003). *Psicologia do esporte: aspectos em que os atletas acreditam*. Canoas: Editora da ULLBRA.
- Marques, J. A. A. & Kuroda, S. J. (2000). Iniciação esportiva: um instrumento para a socialização e formação de crianças e jovens. In K. Rubio (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção* (pp. 125-137). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Martini, L. A. (2000) Fundamentos da preparação psicológica do esportista. In K. Rubio (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção* (pp. 101-112). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Markunas, M. (2003). Periodização da preparação e do treinamento psicológico. In K. Rubio (Org.). *Psicologia do Esporte: teoria e prática*. (pp. 33-55). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Rubio, K. (1999). A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. *Psicologia Ciência e Profissão*, 19, 3, 60-69.
- Rubio, K. (2000). O trajeto da psicologia do esporte e a formação de um campo profissional. In K. Rubio (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção* (pp. 15-28). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Samulsky, D. (1989). Psicologia do esporte na República Federal da Alemanha. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 3, 4, 42-49.
- Weinberg, R. & Gould, D. (2001). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*, 2ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Recebido em: 04/03/2005. Aceito em: 10/08/2006.

Autores:

Mariana Hollweg Dias – Graduada em Psicologia. Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

Marco Antônio Pereira Teixeira – Doutor em Psicologia. Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).

Endereço para correspondência:

MARCO A. P. TEIXEIRA
 Universidade Federal de Santa Maria – Departamento de Psicologia
 Rua Floriano Peixoto, 1750 sala 309
 CEP 97015-372, Santa Maria, RS, Brasil
 Fone/Fax: (55)220-9231
 E-mail: mapteixeira@yahoo.com.br