

PSICOLOGIA DO ESPORTE: SURGIMENTO, DESENVOLVIMENTO E POSSÍVEIS ATUAÇÕES

MARTINS, V. H. H.¹

PEREIRA, H. P.Z.²

RESUMO

Este artigo busca evidenciar o crescimento da psicologia do esporte, explorando desde o surgimento até o seu desenvolvimento atual. A pesquisa surge com a intenção de explorar a disciplina de Psicologia do Esporte, uma disciplina recente e com saberes específicos aos quais se desenvolveram após anos de pesquisa. Além da exploração das pesquisas, será evidenciado as possíveis áreas de atuação incluindo os campos de atuação. A metodologia consiste em uma revisão bibliográfica de estudos realizados, incluindo artigos e livros os quais relatam a história da Psicologia do Esporte. Os resultados indicam o desenvolvimento da psicologia do esporte como disciplina, com suas especificidades, regras próprias, princípios e estruturas. Sendo assim, a Psicologia do Esporte busca pela sua autenticidade e cientificidade, sendo adaptada aos contextos específicos dependendo de cada esporte. Este estudo aborda todo o desenvolvimento, crescimento e aponta áreas e campos de atuação dentro da Psicologia do Esporte, buscando trazer um olhar expansivo e compreensivo sobre onde essa disciplina pode chegar e desenvolver.

Palavras-chaves: Psicologia do Esporte, psicologia, práticas psicológicas, exercício físico.

ABSTRACT

This article seeks to highlight the growth of sports psychology, exploring its emergence and current development. The research aims to explore the discipline of Sports Psychology, a relatively recente field with specific knowledge that has developed over years of research. In addition to examining existing studies, it will highlight possible areas of practice, including various Fields of application. The methodology consists of a literature review of studies conducted, including articles and books that report the

¹ Vitor Hugo Herculano Martins, Graduando do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024. Contato: vhherculano@gmail.com

² Hellen Priscila Zamperlini Pereira, Orientadora da Pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024. Contato: hellenzamperlini@hotmail.com

history of Sports Psychology. The results indicate the development of sports psychology as a discipline, with its specificities, own rules, principles and structures. Sports Psychology seeks authenticity and scientific validity, being adapted to the specific contexts of each sport. This study address the overall development and growth while pointing out areas and fields of practice within Sports Psychology, aiming to provide an expansive and comprehensive perspective on where this discipline can reach and evolve.

Keywords: Sports Psychology, Psychology, Psychological practices, physical exercise

INTRODUÇÃO

A Psicologia do Esporte surge como uma área emergente da Psicologia, o desenvolvimento de um campo do saber envolve esforço e envolvimento de pesquisas voltadas para o crescimento da área. A década de 1990 marcou o início de um grande movimento na Psicologia brasileira, o qual foi movido pela busca de especificidade dentro de uma área que contempla saberes próximos a humanidades e às ciências biológicas, sendo esse o caso da Psicologia do Esporte. A Psicologia do Esporte iniciou a sua consolidação através de práticas profissionais com alguns psicólogos atuando em clubes e seleções nacionais, nos incipientes projetos sociais e também com produções acadêmicas. O processo de constituição da Psicologia do Esporte no Brasil acompanhou o percurso histórico da Psicologia brasileira, a partir do século XX, atualmente após muitas publicações e estudos específicos para a área, não lhe cabe mais o cargo de status como uma área emergente, visto que a Psicologia do Esporte se configura como um campo de atuação diversificado para o psicólogo especializado atuar.

De acordo com Rubio (2000), a Psicologia do Esporte compreendeu inicialmente tópicos próximos a fisiologia e no âmbito da Psicologia do Esporte encontram-se diversas teorias, conteúdos e interpretações quanto às práticas apresentadas. Diversos profissionais enxergam a Psicologia do Esporte como uma subárea da Psicologia Aplicada, e outros a julgam como uma disciplina da Ciências do Esporte. Fato é que nos últimos anos, com os avanços e o desenvolvimento com uma especificidade através de uma busca pela autonomia da área, hoje pode se dizer que a Psicologia do Esporte foi capaz de se libertar da sua “ciência materna”, a

Psicologia.

Na atualidade, ela é compreendida como uma doutrina específica e independente, com suas próprias suposições, técnicas e concepções de preparação, não dependendo de abordagens específicas ou escolas específicas, tendo sua aplicação sendo diferenciado pelos saberes do profissional que está à aplicando.

Na concepção de Singer (1993), a Psicologia do Esporte integra a investigação, a consultoria clínica, a educação e atividades práticas programadas associadas à compreensão, a explicação e a influência de comportamentos de indivíduos e de grupos que estejam envolvidos em esportes. Para Weinberg e Gould (2001, p.28), “Psicologia do Esporte e do Exercício é um estudo científico de pessoas e seus comportamentos em atividades esportivas e atividades físicas, e a aplicação deste conhecimento”. Sendo assim, a Psicologia do Esporte deve ser interpretada como uma disciplina acadêmico-científica e também um campo de intervenção profissional que envolve tanto conceitos da Psicologia como da Ciências do Esporte.

A pesquisa visa verificar e demonstrar o desenvolvimento da Psicologia do Esporte, com os objetivos específicos de demonstrar as diferentes atuações do psicólogo esportivo, demonstrar desde o seu surgimento até o desenvolvimento atual, divulgar as possibilidades de atuação do psicólogo esportivo, evidenciar o crescimento da psicologia do esporte e verificar a atuação do psicólogo esportivo em diferentes contextos.

De acordo com a APA – American Psychological Association (2008), os interesses dos psicólogos esportivos são voltados para duas áreas de maior relevância. A primeira diz respeito em ajudar os atletas a fazerem o uso de princípios psicológicos para alcançar um nível ótimo de saúde mental para otimizar sua performance, a segunda refere-se à importância da participação em atividades físicas e esportivas e a alteração no desenvolvimento psicológico, o bem-estar e a saúde de atletas e não atletas. A preparação psicológica dos atletas é uma das temáticas mais discutidas no mundo dos esportes, sendo objeto de estudos no campo do conhecimento das ciências humanas e sociais. A psicologia do esporte não deve ser interpretada como somente uma matéria especial da psicologia aplicada. O esporte e as ações esportivas tem suas regras próprias, suas estruturas e seus princípios, como consequência, surge a necessidade de a psicologia do esporte recorrer a teorias e métodos psicofisiológicos que melhor se adaptam a situações esportivas específicas (Samulski, 2002).

METODOLOGIA

A presente pesquisa foi realizada através de uma revisão bibliográfica com caráter explicativo. Essa revisão tem como objetivo analisar e explicar os principais conceitos e teorias que apoiam a psicologia do esporte. De acordo com Gil (2002), a revisão bibliográfica também se concentra em fornecer uma compreensão mais profunda e clara sobre os temas esclarecidos. Seguindo essa perspectiva, o tema a ser discutido e aprofundado será a atuação do psicólogo no contexto esportivo, abordando as diferentes áreas de atuação e o desenvolvimento da psicologia do esporte.

Para a realização do trabalho proposto, foram utilizados três livros como base, Psicologia do Esporte e do Exercício Modelos Teóricos, Pesquisa e Intervenção, o livro Psicologia no Esporte e o livro Psicologia do Esporte Conceitos e Novas Perspectivas. Foram utilizados também artigos sobre o tema encontrados no site SciELO, no Google Acadêmico pesquisados através de palavras chaves como: “psicologia do esporte”, “psicologia e esporte”, “práticas do psicólogo esportivo”.

Foi realizada uma análise qualitativa a qual contribuiu com as reflexões e teorias relacionados ao tema. Segundo Gil (2002), a análise qualitativa depende de diversos fatores, sendo eles a natureza dos dados coletados, a extensão da amostra, os instrumentos de pesquisa e os pressupostos teóricos que norteiam a investigação.

Seguindo essas análises, foi apresentado a teoria por trás da Psicologia do Esporte, demonstrando os conceitos, técnicas e teorias que sustentam as práticas do psicólogo esportivo, elucidando as áreas de atuação e diferentes contextos de atuação no contexto esportivo.

RESULTADO E DISCUSSÕES

SURGIMENTO E DESENVOLVIMENTO

Para se entender a importância da psicologia do esporte, deve se percorrer a sua trajetória até os dias atuais. O início da psicologia do esporte ocorre entre os anos de 1895 e 1920 através de Norman Triplett, um psicólogo e entusiasta do ciclismo, cujo o primeiro estudo tinha como objetivo entender o porquê os ciclistas pedalavam mais rápido quando corriam em grupos ou em pares do que quando pedalavam sozinhos (Weinberg; Gould, 2001). Após esses eventos iniciais, uma maior valorização da psicologia do esporte ocorre em 1920, na antiga Rússia, onde

Alexandre Puni e Peter Rudik fundaram o primeiro laboratório de pesquisas em Psicologia do Esporte. Posteriormente a essa fundação, nos Estados Unidos, Coleman Griffith, tornou-se o primeiro psicólogo a se especializar na área, desenvolvendo o primeiro curso de Psicologia do Esporte na América do Norte, ocupando assim, o título de pai da psicologia do esporte (Rubio, 2000).

A psicologia do esporte passa a ser considerada uma disciplina em meados de 1960, quando a educação física se estabelece como disciplina acadêmica e a psicologia do esporte torna-se um componente separado dentro dessa disciplina (Weinberg; Gould, 2001). Além dos estudos voltados para a psicologia do esporte, essa época foi marcada pelos estudos da personalidade. Para Weinberg & Gould (2001, p.50), a “personalidade é a soma das características que tornam uma pessoa única. O estudo da personalidade ajuda-nos a trabalhar melhor com os estudantes, atletas e praticantes de exercícios.”. Sendo assim, se entende que a personalidade é o que nos faz seres humanos singulares, nos difere dos outros pela maneira de agir, pensar e sentir. A personalidade sofre influência culturais e, no esporte infantil, está relacionada ao desempenho da performance, na relação com o grupo, na pressão ou incentivo transmitida por pais-treinadores-torcidas, no ambiente social esportivo e no modo a qual as habilidades e técnicas são desenvolvidas e ensinadas.

Quando a personalidade de um desportista está sendo formada ela irá sofrer influência através de diversas formas de cobranças, essas cobranças são advindas dos pais, treinadores, dirigentes, professores, técnicos, amigos e englobam um conjunto de pessoas as quais essa pessoa vai adquirindo a aprendizagem. Segundo Samulski (2002), a maneira com a qual esses ensinamentos são transmitidos irão gerar consequências positivas ou negativas na formação do desportista. No estudo da personalidade e seus comportamentos é necessário considerar um conjunto de variáveis mantenedoras da persuasão dos fatos. O atleta deve ser considerado em todas as esferas as quais está inserido, o psicólogo esportivo tem como base a compreensão do ser humano em sua totalidade, isto é, o sujeito como biológico, psicológico, social, emocional e interacional. Por isso, psicólogos não apenas da área esportiva devem fazer o uso de entrevistas, história da vida pregressa e atual, testes, inventários e uma gama de instrumentos psicológicos na identificação da intervenção psicológica mais adequada e precisa para determinados casos.

Após esse foco dos estudos iniciais voltados também para a personalidade, em 1965 foi fundado em Roma, a Sociedade Internacional de Psicologia do Esporte, onde

ocorreu o primeiro Congresso Mundial de Psicologia do Esporte, sendo considerado um marco para o desenvolvimento da disciplina da psicologia do esporte. A partir desse congresso, os estudos, pesquisas, publicações sobre a psicologia do esporte se intensificaram contribuindo para a fundação das sociedades nacionais de psicologia do esporte na Europa e Estados Unidos (Brandão, 2007). Nesta mesma época, ocorre um grande avanço para a psicologia do esporte, e organiza-se a International Society of Sports Psychology (ISSP), estabelecida para promover e disseminar informações sobre a psicologia do esporte por todo o mundo. Três anos depois, no ano de 1968, foi criada a Sociedade Americana para a Psicologia do Esporte e Atividade Física (NASPSPA) (Rubio, 2000). De acordo com Rubio (2000), a década de 70 foi marcada pelo reconhecimento da Psicologia do Esporte enquanto uma disciplina, dentro das ciências do esporte, tornando-se um ramo autônomo da Psicologia Geral.

No Brasil, são poucos os registros de atuação do psicólogo esportivo nesse contexto inicial, a evolução da psicologia do esporte começa a ganhar espaço e destaque a partir da atuação do psicólogo João Carvalhaes, um profissional com grande experiência em psicometria o qual atuou durante a década de 50 com o São Paulo Futebol Clube, e logo em seguida ele atuou também na seleção brasileira de futebol, a qual foi campeã da copa de 1958 na Suécia. Foi apenas em 1970 que a psicologia do esporte surge na América Latina como disciplina, em 1979 é fundado em Novo Hamburgo, RS, na Federação dos Estabelecimentos de Ensino Superior (Feevale), a Sociedade Brasileira de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação (Sobrape) (Becker, 2000). Em 1986, foi criada a Sociedade Sul-Americana de Psicologia do Esporte, da Atividade Física e da Recreação (Sosupe) (Samulski, 2002).

Após meio século da atuação pioneira de João Carvalhaes, a Psicologia do Esporte no Brasil segue um rumo próprio, e ao mesmo tempo em várias direções. Caminhando passo a passo com a Psicologia Geral pode-se observar o desenvolvimento de várias Psicologias do Esporte, distintas uma da outra em função do referencial teórico que sustenta essa produção acadêmica e prática que proporcionou a convocação de psicólogos para atuar em diferentes seleções nacionais, com destaque para o futebol o qual ganhava uma notoriedade nos anos 90. De acordo com Rubio (2000) a década de 90 foi favorável para a inclusão da Psicologia do Esporte na grade curricular de alguns cursos de psicologia no Brasil.

Inicialmente essa disciplina era optativa, e depois se tornou obrigatória chegando a ser até desenvolvida em áreas de estágio. Nessa época, também ocorre a criação de diversos cursos de extensão, revelando um avanço na área. Por meio de um trabalho realizado em 2007, pela própria pesquisadora Kátia Rubio, com o intuito de verificar e comparar grades curriculares na grande São Paulo, visando saber quais faculdades apresentavam como matéria a Psicologia do Esporte, foi encontrado somente duas faculdades com essa disciplina, o que apontou na época uma escassez de investimento na área oferecendo a formação de poucos psicólogos capazes de atuar na área profissional do esporte, ainda que a psicologia perceba a extrema relevância da integração da mente e do corpo para a promoção da saúde psicológica dos indivíduos.

Após entender a ascensão da Psicologia do Esporte, para entender melhor essa ciência é necessária dividi-la em linhas de intervenção e campos de atuação, entendendo a diferença da psicologia no esporte e da psicologia do esporte. A psicologia do esporte é um campo específico, formado pelos conhecimentos advindos da educação física/esporte e da psicologia, já a psicologia no esporte se trata da aplicação da psicologia clínica, educacional e organizacional às práticas esportivas. Para Samulski (2002), a psicologia do esporte e do exercício é o estudo científico do comportamento de pessoas envolvidas em atividades relacionadas ao esporte e ao exercício e a aplicação do conhecimento obtido. Weinberg e Gould (2001), definem que psicólogos do esporte, procuram entender e ajudar atletas de elite, crianças, indivíduos físico e mentalmente incapacitados, idosos e praticantes em geral a alcançarem um desempenho máximo, satisfação pessoal e desenvolvimento por meio da participação.

De acordo com Machado (1997), por a área da Psicologia do Esporte ser nova, o campo de atuação é bem limitado, tendo em vista a pouca informação que se tem sobre a própria Psicologia do Esporte, existem atuais atribuições ao psicólogo esportivo sendo elas: trabalhar com realizações, decepções, minimizar efeitos negativos advindos das torcidas, ressaltar aspectos positivos de uma liderança, delimitar papéis dos elementos dos grupos para seus dirigentes, simplificar as cobranças dos pais, dirigentes, técnicos, fãs etc. Para Samulski (2002), os psicólogos do esporte devem desempenhar três papéis básicos em suas atividades profissionais: conduzir pesquisas, ensinar e atuar com intervenção/consultor, sendo assim pode-se entender que existem três diferentes campos de atuação sendo eles: ensino, pesquisa

e intervenção.

PESQUISA

Sobre a pesquisa, de forma geral a pesquisa em Psicologia do Esporte está relacionada com a produção científica e acadêmica, com o desenvolvimento de métodos de investigação, pesquisa laboratorial e estudo de campo. De acordo com Rubio (2000), os temas relevantes de pesquisa na área foram: nas décadas de 1950/60 a influência dos estudos sobre a personalidade, nas décadas de 1970/80 o foco era voltado para as pesquisas experimentais, em 1980/90 essas pesquisas começaram a ter o cognitivismo como corrente predominante. A autora defende que nos anos 2000, diante de uma procura pela forma brasileira de se fazer a Psicologia do Esporte, o que se viu foram instrumentos e técnicas sendo adequados e adaptados à realidade vivida por profissionais do esporte no contexto amador e profissional. O resultado dessa busca pela alteridade pode ser observado na diversidade de formas de atuação, seja com a base da psicanálise, do cognitivismo, do behaviorismo radical, do psicodrama, da psicologia social, da psicologia analítica ou da gestalt como referencial teórico. Cada vez mais os profissionais tem se dedicado e buscam a desenvolver uma Psicologia do Esporte brasileira, considerando as particularidades das modalidades do país e dos atletas que convivem com uma realidade específica. Apesar do avanço desta ciência no Brasil, segundo Rubio (2000), foi analisado dados de 2015 do portal do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), foram encontrados 36 grupos de pesquisa distribuídos nas universidades do país, desses grupos 75% dos grupos são pertencentes ao departamento de Educação Física.

EDUCAÇÃO E ENSINO

Referente a área de educação e ensino, de acordo com Samulski (2002), a relação se estabelece com a preparação dos envolvidos em práticas esportivas, buscando assessorar na educação dos alunos, treinadores e futuros profissionais que pretendem trabalhar com o esporte. A psicologia do esporte pode ser entendida como uma especialidade da psicologia em que os saberes se inter-relacionam com o esporte, a psicologia do esporte ganha cada vez mais espaço nos cursos de graduação de Psicologia onde as áreas clínica e organizacional possuem um espaço maior. No âmbito universitário, através da política nacional de extensão universitária, essa extensão é compreendida de forma ampla, fortalecendo o processo

interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político promovendo uma interação transformadora entre a universidade e outros setores sociais. Em institutos livres, a educação e o ensino são viabilizados através de regras oficiais do Ministério da Educação e Cultura (MEC), fornecendo cursos de aperfeiçoamento, aprimoramento e especialização. Existem diversos institutos e instituições que fornecem a extensão em Psicologia do Esporte no Brasil, essas instituições fornecem Aprimoramento e Especialização em Psicologia do Esporte e da atividade física, possuindo uma grade horária compatível com os cursos lato sensu das universidades brasileiras.

INTERVENÇÕES

Quando se fala sobre as intervenções são diversas as áreas de atuação do psicólogo esportivo, incluindo áreas como: alto rendimento esportivo, otimização do desempenho, pesquisas, treinamento mental, prevenção e promoção de saúde, trabalho em escolas, exercício físico e reabilitação, recreação esportiva, academias de ginástica, clínica individualizada para acompanhamento e reabilitação, coaching esportivo e desenvolvimento e transição de carreira. O psicólogo esportivo poderá atuar com avaliação e diagnóstico voltado para testes, questionários, realizando entrevistas com observações e registros com indicadores psicofisiológicos, o planejamento e assessoria analisando variáveis psicológicas, rendimento e performance, a adesão as atividades físicas, habilidades sociais e estabelecimento de metas e objetivos, essas intervenções podem ocorrer de maneira prática direta como o treinamento psicológico e indireta através da aplicação de estratégias psicológicas.

O psicólogo também é responsável pela educação e formação de treinadores, árbitros, familiares e demais agentes do contexto esportivo. O alto rendimento é possivelmente o campo de atuação mais conhecido, além de ser tema de uma produção científica extensa e focada em técnicas para melhoria de performance. Na relação com o desempenho, o psicólogo do esporte atua na avaliação psicológica e diagnóstica (avaliação da personalidade, aspectos cognitivos entre outros), programas de treinamento de habilidades mentais juntamente com medidas de aconselhamento e acompanhamento e encaminhamento para outros profissionais da saúde quando necessário (Becker, 2000). Dentro do campo de intervenção no esporte de rendimento, a atuação psicológica visa potencializar o desempenho esportivo, podendo utilizar diferentes métodos e abordagens, que variam de acordo com a formação do psicólogo. Rubio (2000) divide a intervenção da psicologia do esporte de alto rendimento em modalidades individuais e modalidades esportivas. No caso de

modalidades individuais aonde o foco é o próprio atleta são realizadas atividades voltadas para concentração, o controle da ansiedade e o manejo das variáveis ambientais costumam ser os principais objetivos da intervenção psicológica. Já nas modalidades coletivas o foco se constitui nas relações grupais, a formação de vínculo e a organização da liderança, possuindo uma grande diversidade de procedimentos.

Já no esporte recreativo, segundo Samulski (2009), o bem-estar deve ser o foco principal. A prática voluntária pode levar a compreensão do significado do fazer para a pessoa e como foi feito. Várias faixas etárias, diferentes classes econômicas e atuações profissionais estão diretamente relacionadas aos motivos, interesses e atitudes. No contexto do esporte recreativo, a relação da pessoa com a prática esportiva incentiva o estudo de teorias como a adesão ao exercício e da autodeterminação, comumente o “setting” é o local da própria prática.

Nos projetos sociais, segundo Samulski (2009) tem-se propostas relacionadas a socialização de pessoas em diferentes idades, com o objetivo de apresentar um conjunto de práticas através do esporte que possibilita o trabalho com temas como violência, discriminação de gênero e racial, uso de drogas entre outros. A presença do psicólogo esportivo fomenta a comunicação, a troca, o encontro, o entendimento entre pessoas que estão se relacionando em práticas intelectuais ou corporais. O lugar para experimentar emoções se faz presente e por muitas vezes, possibilita a expressão do sofrimento psíquico. Cabe ao psicólogo esportivo estender seus conhecimentos para o alívio das dores da alma, acolhendo, aconselhando, educando e trabalhando com elogios, gratidão e consciência frente aos dilemas encontrados.

A iniciação esportiva é um campo de atuação que encontra nas crianças e adolescentes um investimento de energia tanto físico como psíquico. Além disso, pais, técnicos e amigos participam ativamente nas práticas esportivas pedagógicas e competitivas. A habilidade motora leva ao aprimoramento do gesto esportivo desafiando psicólogos para lidar com seus limites e possibilidades, além do gerenciamento de influências sociais que acarretam em escolhas as quais alteram a adesão nas práticas e modalidades esportivas. O psicólogo esportivo nesse campo deve ser interpretado como um mediador e facilitador nas relações sociais, tendo no esporte a possibilidade de desenvolvimento do indivíduo e na busca pela autonomia, fortalecendo a autoestima e proporcionando a educação e saúde. A cultura esportiva facilita e incentiva a aceitação e o enfrentamento das potencialidades e impotências dos praticantes.

Para os esportes escolares, de acordo com Samulski (2002), o objetivo acaba sendo a formação através de princípios norteadores voltados para a socioeducação, preparando os praticantes para a cidadania e o lazer. O psicólogo esportivo tem como objetivo incentivar a prática do esporte e do exercício através de processos de socialização e desenvolvimento, no Brasil. Não existe até o presente momento, uma organização esportiva que seja consistente, diferentemente de países da América do Norte os quais valorizam o psicólogo esportivo em contextos escolares, sendo assim o campo de atuação profissional não possui tanta atenção como os diferentes campos de atuação.

No esporte de reabilitação, o psicólogo esportivo deverá atender pessoas que sofreram algum tipo de lesão ou possuem alguma deficiência física ou mental, alterações de estado de humor entre outras, utilizando o esporte como uma alternativa terapêutica, física ou mental, de socialização ou desenvolvimento. A função da atividade física descreve mecanismos biológicos e psicológicos explicando a relação entre exercício e a dimensão psicológica. Existem diversos experimentos científicos comprovando que o exercício físico aumenta os níveis de endorfina, aumentando a síntese das monoaminas, reduzindo níveis de colesterol e resultando em uma série de efeitos positivos e terapêuticos na promoção da saúde física e mental (Weinberg; Gould, 2001). No contexto de alto rendimento o psicólogo também poderá atuar na recuperação de atletas em situações cirúrgicas ou de lesões, contribuindo com diversas questões como o ganho de confiança e a organização de uma recuperação mais efetiva em conjunto com a equipe médica e fisioterapeutas

CONCLUSÃO

A psicologia do esporte deve ser classificada como uma área específica do conhecimento, à qual é desenvolvida por diferentes países e aplicada em diferentes contextos e esportes. Desde o seu surgimento é uma área que somente se expande com estudos científicos, se adaptando aos diferentes contextos necessários. A busca pela autenticidade e cientificidade vem sendo propagada por diversos autores apresentados no trabalho. No Brasil, o desenvolvimento ocorre de maneira mais lenta e precária, visto que, existem poucas universidades no Brasil as quais ofertam a matéria em sua grade curricular, sendo mais encontrada em cursos de pós-graduação e extensão, não sendo classificada como uma disciplina obrigatória. Apesar do desenvolvimento tardio no Brasil, a Psicologia do Esporte pode ser classificada como

uma área abrangente que se interrelaciona com outras disciplinas biológicas como Medicina e Fisioterapia, essas disciplinas são classificadas como Ciências do Esporte.

O trabalho abordou os diferentes campos de atuação e possíveis áreas de atuação do psicólogo esportivo, divididos em estudos voltados para pesquisas, ensino acadêmico e as práticas envolvendo intervenções diretas e indiretas em diferentes contextos. As futuras pesquisas e o desenvolvimento da Psicologia do Esporte possuem tendências mais adaptativas para contextos específicos, porém mantendo a cientificidade da disciplina. O nível de preparação psicológica se manifesta mediante a eficiência dos métodos de procedimentos e na eficácia das múltiplas técnicas empregadas em relação aos atletas (Lebert, 2010). O psicólogo é um profissional extremamente necessário nas equipes esportivas – fato que acentua a necessidade da formação do psicólogo do esporte, já que os vínculos institucionais, grupais, interindividuais e o ambiente atuam como fatores permanentemente relacionados (Lebert, 2010). Portanto, à medida em que a competitividade nos esportes aumenta, não podemos subestimar o impacto da saúde mental. A construção de uma mentalidade resiliente e focada é essencial para que os atletas enfrentem a pressão e superem adversidades, sendo assim, a preparação psicológica se faz necessária nos contextos esportivos.

REFERÊNCIAS

American Psychological Association. **Sports Psychology**. American Psychological Association 2008. Disponível em: <https://www.apa.org/ed/graduate/specialize/sports>

Becker J.B. **Manual de Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre: Nova Prova, 2000.

Brandão, M.R.F.; Agresta, M.; Rebustini, F. **Estados Emocionais de técnicos brasileiros de alto rendimento**. Revista Brasileira Ciência e Movimento, v.10, n.3, p.25-28, 2007.

Conselho Regional de Psicologia. **Título profissional de especialista em psicologia CFP**. Disponível em: <http://www.crp.org.br/crp/orientação/titulo.aspx>. Acesso em: 4 maio. 2024

Cratty, B.J. **Psicologia no Esporte**. Rio de Janeiro: Prentice-Hall, 1984.

Gil, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ªed. São Paulo, Atlas, 2002.

Lebert, R. **Psicologia do Esporte**. [s.l.] Passavento, 2021.

Machado,A.A. **Psicologia do Esporte: sua história**. Psicologia do Esporte: temas emergentes, v.1, Jundiaí: ÁPICE, 1997.

Rubio, K. **Psicologia do Esporte: interfaces, pesquisa e intervenção**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

Rubio, K. **Psicologia do Esporte: Teoria e Prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

Samulski, D. **Psicologia do Esporte**. São Paulo: Manole, 2002

Samulski, D. **Psicologia do Esporte Conceitos e Novas perspectivas**. 2^aed., Barueri, SP: Manole, 2009.

Singer, R. **Sport Psychology: an integrated approach**. In. Serpa. Proceeding of the 8th word congress in sports psychology, p.131-146. Lisboa. 1993.

Weinberg,R.; Gould, D,S. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre, ARTMED, 2001.