



## XV JORNADA CIENTÍFICA DOS CAMPOS GERAIS

Ponta Grossa, 25 a 27 de outubro de 2017

---

### PSICOLOGIA DO ESPORTE

Karime Podolan<sup>1</sup>  
Orlei de Paula Mendes<sup>2</sup>  
Sandra Mara Dias Pedroso<sup>3</sup>  
Adriane de Oliveira Bueno<sup>4</sup>

**Resumo:** *O presente trabalho, de cunho bibliográfico, busca apresentar uma análise sobre a Psicologia do Esporte, tendo como base alguns teóricos. São objetivos desse estudo esclarecer indagações e enobrecer alguns pontos dessa ciência. As questões investigativas norteadoras deste estudo foram: O que é a Psicologia do Esporte e atuação dos profissionais. Também serão apontadas as mudanças dessa área desde o seu surgimento até os dias atuais. Ao final pretende-se informar ao leitor o papel do psicólogo na área esportiva.*

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte. Esporte. Psicologia. Saúde.

#### Introdução

O presente estudo tem o intuito de esclarecer questões acerca da Psicologia do Esporte e do Exercício. Abordou-se a função, as áreas de atuação, alguns autores, seus respectivos pensamentos e a importância de suas contribuições para o merecido reconhecimento dessa área.

Sendo uma pesquisa bibliográfica, traz como aporte teórico as obras: “Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício” dos autores Robert S. Weinberg e Daniel Gould, “Psicologia do Esporte” de Dietmar Martin Samulski e alguns artigos da autora Kátia Rúbio

Durante a pesquisa foi considerado temas vinculados à Psicologia do Esporte e do Exercício caracterizando-se a área e apresentando a atuação do psicólogo no campo esportivo.

#### Objetivos

São objetivos desse estudo esclarecer indagações e enobrecer alguns pontos da Psicologia do Esporte, assim como conceituar a Psicologia do Esporte e por fim mapear os campos de atuação deste profissional.

---

<sup>1</sup>Acadêmica de Psicologia, graduação, Faculdade Sant’Ana, karime\_podolan@hotmail.com.

<sup>2</sup>Acadêmico de Psicologia, graduação, Faculdade Sant’Ana, menddesorlei@hotmail.com.

<sup>3</sup>Mestre em Educação, Docente do Curso de Psicologia da Faculdade Sant’Ana.

<sup>4</sup>Psicóloga, Docente do Curso de Psicologia da Faculdade Sant’Ana.

## **Metodologia**

O levantamento de dados foi realizado a partir de buscas na plataforma Scielo, na Revista Bibliográfica de Geografia y Ciencias Sociales, sites sobre a Psicologia do Esporte e livros de alguns autores.

## **A Psicologia do Esporte**

Ao final do século XIX e início do século XX, os pesquisadores russos, japoneses e americanos já almejavam unir a Psicologia ao Esporte. A criação de laboratórios desta área na Rússia e Alemanha foi o estopim para o desenvolvimento da Psicologia do Esporte. Em 1965, houve a criação da Sociedade Internacional da Psicologia do Esporte em Roma. O Brasil é considerado líder no ranking sob os países da América Latina, com um número elevado de congressos, reuniões e publicações. (SAMULSKI, 2002).

A Psicologia do Esporte, enquanto uma dessas sub-áreas, iniciou suas pesquisas há aproximadamente um século, estudando inicialmente aspectos próximos à fisiologia, os chamados condicionantes reflexos. (RUBIO, 2002, p. 1)

Com isso, ela vem adicionando aos seus estudos muitos fatores de importância, entre eles a motivação, a agressão, a violência entre outras.

Na atualidade, diante do equilíbrio técnico alcançado por atletas e equipes de alto rendimento, os aspectos emocionais têm sido considerados como um importante diferencial nos momentos de grandes decisões (RUBIO, 2002, p. 1)

Ao longo dos anos, essa área foi aprimorada pelos especialistas, unindo profissionais da Psicologia e da Educação Física.

Cabe ao psicólogo do esporte a função de colaborar na produção de conhecimentos e transmiti-los, realizar o intermédio entre atleta e treinador, o encarregado por medir a capacidade do jogador, analisar as condições de treino, otimizador de desempenho, solucionador de conflitos, responsável pela saúde e bem-estar dos atletas e é o especialista em consultoria de programas psicológicos. (SAMULSKI, 2002)

A Psicologia do Esporte tem como meio e fim o estudo do ser humano envolvido com a prática de atividade física e esportiva competitiva e não competitiva (RUBIO, 2002, p. 4)

Deve elaborar medidas necessárias de auxílio psicológico, seja para torneios, preparação, aprendizagem e/ou terapia.

São três campos que despertam interesse dos profissionais da Psicologia do Esporte e do Exercício: pesquisa, ensino e consultoria. O pesquisador orienta-se a investigar questões como a motivação, por exemplo. Na área de ensino, o professor ministra aulas em centros universitários. Já o consultor, se interessa por consultas individuais ou em equipes, tendo como objetivo desenvolver habilidades psicológicas para melhorar o desempenho dos atletas. (WEINBERG; GOULD, 2001)

Cada profissional tem suas habilidades perceptivas em determinados fatores e se interessam por contextos distintos como, por exemplo, as maneiras que um indivíduo interage em relação a diferentes ambientes.

Sendo assim, trabalha diretamente com os atletas, auxiliando psicologicamente e dando todo o suporte necessário em casos de derrotas, lesões e outros fatores de influência. (SAMULSKI, 2002)

Tendo como objetivo assegurar sucesso a uma equipe, os psicólogos esportivos buscam entender as particularidades de cada um, mensurando

caracteres como a personalidade, ansiedade antes e durante as competições, agressividade e estresse. Dessa maneira, o interesse em fazer parte de um time e o espírito de equipe podem se originar a partir de dois tipos de motivação: a extrínseca (situações do ambiente), e a intrínseca (advém do indivíduo). (JARVIS, 2006)

No Brasil, o surgimento da Psicologia do Esporte se deu em 1958 com João Carvalhães na Copa do Mundo de Futebol na qual, com auxílio psicológico, os atletas brasileiros conseguiram o primeiro título mundial na Suécia. Mesmo com essa conquista, a área não teve grande repercussão na época.

Se no início do século XX nos deparamos com o início da Psicologia do Esporte, é possível afirmar que no início do século XXI a Psicologia do Esporte no Brasil já se firma como especialidade, como área de conhecimento e como campo profissional (RUBIO, 2002)

Aos anos seguintes foram acumulando-se demasiadas informações acerca de times e atletas, sem nenhuma possibilidade de que fossem utilizadas dentro da Psicologia do Esporte. (RUBIO, 2002)

Esse campo ainda é visto como novidade no Brasil, pois alguns indivíduos acreditam que apenas as habilidades físicas são necessárias. Desconsideram que a pressão emocional e mental é intensa em competições de baixo ou alto nível.

### **Considerações finais**

Diante do que foi exposto é possível afirmar que a Psicologia do Esporte é uma área ainda em formação, com poucos profissionais. Porém, a quantidade de psicólogos que vem buscando atuar nessa área aumenta drasticamente. Desde seu surgimento até os dias de hoje, houveram mudanças que de certa forma causam impacto na vida dos atletas.

Atualmente, a maioria dos estudos focam em explicar como deve ser aplicada as técnicas nos jogadores. Também, pretende compreender o comportamento do esportista relacionado com a torcida a sua família, juntamente com a Psicologia Social do Esporte, uma questão que não era apreendida antigamente.

Portanto, apesar de que este campo tenha se desenvolvido rapidamente nas últimas décadas, ainda há muito para aprender, aprimorar suas práticas e obter avanços significativos para a história da Psicologia do Esporte.

### **Referências**

JARVIS, M. **Motivation and Sport**. In Sport Psychology: A Student's Handbook. London and New York: Routledge, Taylor and Francis Group. 2006

RUBIO, Katia. **A psicologia do esporte: históricos e áreas de atuação e pesquisa**. Universidade de São Paulo, 1999. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98931999000300007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931999000300007). Acesso em: 21/07/2017, 09:10h

\_\_\_\_\_. **Origens e evolução da psicologia do esporte no Brasil**. Universidade de Barcelona, Vol VII, nº373, 10 de maio de 2002. Disponível em: <http://www.ub.es/geocrit/b3w-373.htm> [ISSN 1138-9796]. Acesso em: 21/07/2017, 14:23h

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

WEINBERG, S. R; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.