

DESVENDAR OS SEGREDOS DA INTERAÇÃO: A VITÓRIA PARA UM CAMPEÃO

Um estudo sobre as influências psicológicas nos esportes

(2006)

Salvador Loureiro Rebelo Júnior

Graduando do 5º ano de Psicologia da Universidade Estadual Paulista - UNESP/Bauru - Brasil
Intercambista da Universidade do Minho - UM/Braga - Portugal

Email:

slrj@usp.br

RESUMO

Esta pesquisa bibliográfica tem a intenção de destacar as influências psicológicas nos esportes coletivos. Fundamentado pela teoria sistêmica, este estudo reconhece o esporte como um conjunto complexo que envolve o atleta, o técnico, a torcida, a família, a mídia; e a maneira como esses subsistemas afetam o comportamento do atleta. Nesse sentido, orienta a prática do psicólogo do Esporte de forma a facilitar as interferências existentes, assinalando, como primordial, a integração e coesão grupal.

Palavras-chave: psicologia, esporte, sistêmica, interação

Quem ainda não ouviu, num comentário esportivo, a fatídica frase: ele não estava preparado psicologicamente para... Senso comum ou não, a necessidade da preparação psicológica para o bom desempenho da prática esportiva é certa, como aponta Franco (2000). Saber ganhar e perder tem sido um dos grandes desafios daqueles que escolheram viver constantemente a competição.

O esporte é um meio pelo qual se vivenciam as emoções com intensidade. Os processos emocionais podem perturbar a ação desportiva, implicando não só na preparação física e psicológica dos atletas, mas também em suas relações humanas. É preciso manejar os níveis destas emoções para um nível ideal que não prejudique o desempenho e a performance do atleta.

O reconhecimento da importância dos fatores psicológicos no rendimento esportivo tem sido uma constante no mundo competitivo, afirma Rubio (2004). Isso porque, embora não se saiba ao certo quais variáveis atuam no comportamento de atletas e equipes esportivas, tem-se a certeza de que as questões emocionais tornam-se o diferencial nos momentos decisivos, uma vez

que a paridade técnica é cada vez maior no alto rendimento. Diante dessa situação tem sido freqüente a solicitação pela Psicologia do Esporte para auxiliar na formação e preparação dos atletas.

Nessa perspectiva, a preparação psicológica pode influir positiva ou negativamente no funcionamento físico, técnico e tático do atleta e, portanto, é muito importante controlá-lo na direção adequada, com o objetivo de otimizar o rendimento esportivo, respeitando a limitação dos atletas.

No entanto, como observa Franco (2000), a Psicologia do Esporte não lida só com as questões do atleta. Ela trabalha também com o psicológico do técnico e dos demais membros da comissão técnica, no sentido de colaborar com sua saúde e equilíbrio emocional, contribuindo para a harmonia do relacionamento atleta-técnico. Os familiares do atleta e a torcida também podem compor o quadro de atendimento deste profissional. Outra abrangência do trabalho psicológico se estende para os dirigentes, patrocinadores e a mídia.

De acordo com Rubio (2004), discutir o fenômeno esportivo na atualidade é refletir para além das marcas, recordes e rendimento. É, antes de tudo, reconhecer o esporte como um conjunto complexo de elementos que envolvem o atleta, protagonista do espetáculo; o espectador e a torcida, razão da realização do espetáculo; e os patrocinadores e as empresas envolvidos com a manutenção de equipes e atletas.

Com base na teoria sistêmica, é a partir do exame das inter-relações entre todos os membros da “instituição” que se compreende a dinâmica do grupo. É necessário, então, que o trabalho seja desenvolvido considerando a realidade de cada atleta, mas que não se reduza a um mero somatório de individualidades.

O esporte coletivo depende da interação e integração entre os componentes. Ao se privilegiar o mérito individual em detrimento da qualidade coletiva, o resultado pode ser a derrota.

Desta forma, o estudo do processo grupal, no âmbito esportivo, pode ser entendido através do princípio da não-somatividade do pensamento sistêmico, considerando que o todo é maior do que as partes e que cada parte somente poderá ser entendida no contexto do todo.

Assim, para que a abordagem sistêmica produza uma mudança significativa, não devem ser implicadas apenas mudanças a partir da dinâmica intra-psíquica de seus membros, mas sim em mudanças estruturais dentro da equipe e em seus relacionamentos com o ambiente, sendo a “instituição” analisada em sua totalidade. O psicólogo esportivo, como mediador do grupo, deverá atuar como catalisador deste processo de mudança.

Para melhor entendermos as influências, psicológicas, principalmente, e suas conseqüências na performance do atleta, temos de abordar o papel do técnico no seu relacionamento com o

atleta. O profissional vai influenciar o seu atleta positiva ou negativamente conforme suas atitudes e sua personalidade. A personalidade, o perfil e as funções dos técnicos são de extrema importância na interação com atletas, neste caso, os atletas esperam do técnico, atitudes e ações que os orientem para que se possam alcançar o sucesso.

Uma das maiores habilidades a serem desenvolvidas pelos atletas e técnicos que, muitas vezes, convivem por muito tempo, é a arte do inter-relacionamento. Optar por uma “boa convivência”, tão necessária para que atletas, técnicos, torcidas e familiares possam coexistir harmonicamente, é um grande desafio.

Diante dos jovens atletas, o técnico é uma pessoa estranha ao meio familiar, que exerce muita influência em suas vidas. Esta interferência, por vezes, é o estopim para conflitos em família e equipe esportiva.

Com base na teoria sistêmica, a função terapêutica de uma “instituição” não é a de eliminar os conflitos que ocorrem em seu interior, mas sim a de identificá-los e evitar que se instalem e se estruturam em algum nível da “instituição”, causando bloqueios e a paralisação de todo o sistema.

As implicações e influências dos pais, na performance do filho, enquanto praticante de uma atividade física terá uma conotação que irá de positiva a negativa, dependendo da forma como vier a ser trabalhada. A presença dos pais nos treinos, nos jogos vai despertar alguma reação no atleta, seja ela de contentamento ou não, de aprovação ou não. Apenas não vai passar despercebida ou sem exercer influência, o que serve de alerta ao profissional da Psicologia do Esporte, para que intensifique a atenção, de forma a facilitar a encaminhar as interferências para um aspecto positivo.

A atuação da torcida também poderá ser um fator que altera a performance do atleta ou atinja o atleta de alguma maneira. Cratty (1984, apud Machado, 1997) considera que o potencial de avaliação de uma torcida é um dos fatores mais importantes que se acredita existir como modificador do desempenho do atleta.

Cratty nos mostra, também, a maneira pela qual o atleta pode ser influenciado por uma grande variedade de forças sociais, através de redes de feedback, e oferece material para compreensão da influência da torcida no atleta e do atleta na torcida, através de uma ação e reação, ou seja, se a torcida estiver apática, o atleta se tornará apático ou vice-versa. Desta maneira, observamos a atuação do atleta em função das reações do espectador, do técnico e de outros integrantes da equipe.

O tipo da torcida e sua atuação são fatores que interferem direta e indiretamente em atletas. Sua composição vai desde a família do jogador, a torcida organizada, o telespectador no campo ou ginásio, pela televisão ou rádio, a imprensa, o técnico, e os próprios companheiros de equipe,

entre outros. Assim sendo, conhecer a influência da motivação do público espectador, bem como sua influência na atuação nos atletas, é importantíssimo.

Os companheiros da equipe também exercem grande influência sobre o comportamento do atleta. Os jogadores da mesma equipe poderão se unir diante de uma competição a fim de que possam chegar à vitória e, também, poderá ocorrer a situação em que a competição seja gerada antes mesmo de iniciar uma partida, ou seja, uma disputa entre eles, por um motivo qualquer.

Após termos apontado as interferências na performance do atleta diante das relações interacionais com pais, técnicos, torcida podemos observar que grande parte de uma possível instabilidade emocional ou psicológica que vem a prejudicar o desempenho do atleta origina-se do resultado destas relações.

Portanto, dos atletas aos dirigentes, todos devem estar preparados para lidar com este novo paradigma, que assinala, como primordial, a integração e coesão grupal, principalmente em se tratando de esporte coletivo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BURITI, M. A. *Psicologia do Esporte* . Campinas: Editora Alínea, 1997.

FRANCO, G. S. *Psicologia no Esporte e na Atividade Física – Uma coletânea sobre a prática com Qualidade* . São Paulo: Manole, 2000.

MACHADO, A. A. (Org) *Psicologia do Esporte – Temas emergentes I*. Jundiaí: Ápice, 1997.

OSORIO, L. C. *Grupos – Teorias e Praticas – Acessando a era da grupalidade*. Porto Alegre: Artmed, 2000.

____. *Psicologia Grupal – Uma nova disciplina para o advento de uma era*. Porto Alegre: Artmed, 2003.

RUBIO, K. *Aspectos psicológicos na formação do atleta* . Disponível em: www.pol.org.br
Acesso em: 24.06.05.

____. *Dimensão e abrangência da Psicologia do Esporte* . Disponível em: www.pol.org.br
Acesso em 24.06.05.