

AUGUSTO CESAR SOARES DA CUNHA^{1*}, IARA DUARTE MOREIRA¹, GUILHERME NASCIMENTO FARIA¹.

¹ Centro Universitário (UNIFACIG), Manhuaçu – MG. *E-mail: cesarsoares_1807@yahoo.com.br

RESUMO

O presente artigo refere-se a uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo foi a busca de artigos que sinalizassem o momento que a psicologia entra no contexto do futebol, considerando seu percurso histórico e o desenvolvimento dessa área da psicologia e sua aplicabilidade enquanto intervenção. Para a apresentação dos dados utilizou-se o banco de dados do *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), na primeira busca identificou-se 48 artigos que tratavam assuntos da psicologia do esporte de forma geral. Dessa forma, utilizou os artigos que abordavam a psicologia do esporte, mas especificamente o contexto do futebol. Os resultados apontaram para um cenário onde é necessário que mais estudos sejam realizados e investimentos sejam feitos nessa área da psicologia, para que de fato a chegada da psicologia em campo aconteça. Entende-se que essa necessidade é responsabilidade dos centros de treinamentos, times, clubes, mas também dos profissionais de psicologia que precisam consolidar esse trabalho evidenciando esse fazer.

Palavras-chave: Psicologia do esporte, Futebol, Atletas.

QUANDO A PSICOLOGIA ENTRA EM CAMPO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

INTRODUÇÃO

Na vigente sociedade, o esporte se traduz em um fenômeno de abrangência social considerável e é vislumbrado como espetáculo, profissão e comércio. Através dos meios midiáticos, figura ainda, como uns dos conteúdos mais acessados mundialmente é gerador de emoção e comoção nos indivíduos (RUBIO, 2006; SILVA, et al., 2010).

Entre os elementos que compõem a dinâmica esportiva estão: os atletas que se apresentam como protagonistas; os espectadores que se caracterizam como a força propulsora para a realização do evento e os patrocinadores e empresas responsáveis pela manutenção de equipes e atletas, além da notória contribuição das Ciências do Esporte

(medicina desportiva, fisioterapia, nutrição etc.) que desempenham atividade significativa nesse ramo (RUBIO, 2003; SILVA, et al., 2010).

Dada a repercussão midiática do esporte profissionalizado, a Psicologia tem sido associada ao melhoramento do rendimento esportivo de atletas. Nessa conjuntura, a Psicologia do Esporte, como uma profissão, se percebe enquanto Psicologia e Ciência do Esporte que adentra a esse espaço com uma perspectiva psicológica. Rubio (2007). A Psicologia do Esporte concebe os aspectos psicológicos que interferem na atividade esportiva e integra o físico e o psíquico, partindo do pressuposto que ambos os fatores não podem ser dissociados. Pode ser definida ainda como campo da ciência que estuda o comportamento no cenário esportivo e que investiga as influências do esporte na vida humana, objetivando o aprimoramento dos indivíduos em tal prática, bem como a apropriação pelos mesmos dos benefícios concedidos pela atividade esportiva (SAPIENZA, 2010; RUBIO, 2003; PINHO, 2016).

A já referida área, é uma possibilidade emergente de atuação para profissionais psicólogos e se encontra em ascensão, se amplia e se desenvolve em variados contextos, como escolas, academias e centros de treinamento, entre atletas iniciantes ou profissionais. Os psicólogos do esporte atuam em situações que envolvem motivação, violência, liderança, coesão grupal, bem-estar psíquico, pensamento e sentimentos (RUBIO, 1999; PINHO, 2016).

Dentre as categorias de esportes, o futebol é o mais investigado nos grupos de pesquisas de Psicologia do Esporte no Brasil e é muito difundido entre a população brasileira, entre pessoas de diferentes classes econômicas e hábitos culturais. Com o advento da mercadologia do futebol, os saberes se articulam para construir o jogador profissional em termos técnicos, corporais e comportamentais, portanto, a Psicologia no futebol investe seus aportes teóricos e práticos com finalidade de viabilizar o alto rendimento e a potencialização de resultados dos atletas (SAMULSKI, 1992).

O presente estudo é pertinente uma vez que na prática de esporte de alto rendimento, especificamente na atividade futebolística, os atletas estão expostos a diferentes estressores, a exemplo, partidas com alto nível de dificuldade, erros em campo, pressão de familiares e torcidas, finanças, lesões e perdas de jogos decisivos que podem eliciar respostas ansiosas nesses indivíduos (ROMÁN e SAVOIA, 2003). Sendo pertinente averiguar a relevância da intervenção psicológica nesse âmbito.

Dessa feita, a mencionada investigação objetiva ampliar conhecimento e argumentar acerca da necessidade e da importância da intervenção psicológica em âmbito esportivo, referindo-se especialmente, ao futebol.

MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se uma revisão integrativa, seguida de análise qualitativa sobre a contribuição da Psicologia em contextos esportivos, especificamente no âmbito futebolístico. Para a escolha das palavras-chave: Psicologia do Esporte (*Psychology Sports*); Futebol (*Football*); Atletas (*athlete*), utilizou-se o Descritor em Ciência da Saúde (DeCS) e o *Medical Subject Headings* (MESH).

O levantamento de material para a produção científica foi realizado através de pesquisas na base de dados *Scielo Scientific Electronic Library* (SciELO), além de se utilizar, para também subsidiar o estudo, das referências bibliográficas dos artigos que foram selecionados no banco de dados e livros, entre o período de 11 de Maio a 08 de agosto.

Adotou-se os seguintes critérios de inclusão: em vista de não haver muitas publicações nos últimos cinco anos, estudos publicados até o presente ano foram selecionados, artigos completos indexados, com idioma nacional e que condiziam com a temática pretendida. Os critérios de exclusão foram: produções científicas que fugiam ao assunto proposto, artigos incompletos e em idiomas estrangeiros.

Após essa etapa de seleção dos artigos, conforme descrito acima, foi seguido o seguinte cronograma para construção: encontros de leituras exploratória e seletiva pelos autores; seleção entre os textos que se relacionam aos objetivos do estudo; análise destes e finalizando com a realização de leitura interpretativa e redação. Constituiu-se assim um *corpus* do estudo agrupando os assuntos mais abordados e sua ligação com o objeto de pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 48 artigos encontrados na busca inicial, foram selecionados 22 para início das leituras como critério do tema e fichamento pelos autores. Os artigos selecionados referem-se exclusivamente a essa área da Psicologia do Futebol. Enquanto período de publicação, foram selecionados artigos publicados em todos os anos. Posterior a esse

processo inicial, realizou-se a escrita desta revisão integrativa sobre o tema. Como resultados, é pertinente destacar que Psicologia do Futebol é uma área fundamental e pertinente para o bom desempenho dos atletas e que mesmo ocupando esse espaço de grande relevância e com excelentes resultados práticos, ainda demonstra fragilidade enquanto ocupação nesses contextos, necessitando evidenciar sempre suas contribuições e ganhos em nível de intervenção. A seção de resultados apresenta a inserção da Psicologia do Esporte no futebol e os impactos que são causados por este advento (RUBIO, 2002).

Ramo emergente da Psicologia, a Psicologia do Esporte é abordada por alguns autores como sendo uma subdisciplina da Psicologia, apesar de também ser explorada a classificação de seu conceito como subdisciplina pertencente às Ciências do Esporte (FELTZ, 1992; GILL, 1993). A divisão da Psicologia do Esporte em quatro campos de aplicação, possibilitou a ramificação desta subcategoria, de forma que as estruturas são adaptadas de acordo com a demanda exigida em cada campo (SAMULSKI, 1992).

Haja vista a popularidade latente do futebol, que vem quase concomitantemente com o desenvolvimento da 'cultura de massa' no Brasil, como enunciado por Helal (1997), grande parte dos estudos e objetos de pesquisa elaborados dentro deste ramo Psicologia são voltados a este esporte, presente nos quatro campos de atuações apresentados, sendo o foco do presente artigo. A atuação da Psicologia do Esporte é positiva para os atletas e produz melhoras em seu desempenho. O atleta de alta performance necessita buscar o equilíbrio emocional. Demonstrando, dessa forma, a importância do quociente emocional no desempenho em campo, quem tiver maior competência emocional terá vantagens (FLEURY, 1998).

Como a Psicologia do Esporte concebe os aspectos psicológicos que interferem na atividade esportiva e integra o físico e o psíquico, pode-se dizer que sua aplicação ao futebol ajuda a desenvolver valores utilizados fora de sua execução, como a tolerância, integração, solidariedade, cooperação, autonomia, participação, igualdade, bem como valores inseridos durante sua realização, como vitórias e poder, esportividade e jogo limpo, expressão de sentimentos, companheirismo e diversão, habilidade e forma física (RUIZ e CABREBA, 2004).

Tratando-se da área psíquica, a Psicologia Esportiva no futebol está conectada com a promoção da redução da ansiedade-estado; redução de níveis baixos e moderados de

depressão; redução de níveis de estresse associados auxilia no tratamento da depressão severa (DUNN, et al., 2001; BYRNE e BYRNE, 1993; GARVIN, et al., 1997).

A psicologia do esporte ainda é uma área pouco conhecida enquanto campo de atuação e vertente da psicologia. A mesma se apresenta pouco conhecida tanto pela sociedade, quanto pela classe esportiva, quanto por profissionais da área da psicologia, entretanto, nas últimas décadas, tem se tornado relevante a aplicação da mesma no esporte, focando sempre na melhora do rendimento esportivo de atletas, levando em consideração tanto seu desempenho dentro do campo enquanto atletas quanto suas questões pertinentes fora dos gramados, trabalhando no fortalecimento de vínculos sociais e interpessoais dos mesmos (RÚBIO, 2012).

Apesar de ser vinculados trabalhos a psicologia do esporte há mais de um século, no Brasil, a psicologia do esporte é vista, ainda, como uma novidade, a mesma foi reconhecida como especialidade da psicologia somente em 2000. Esse desconhecimento acerca da área se perpetua não somente entre a classe dos profissionais da psicologia, mas também por profissionais do esporte sejam eles atletas, técnicos e dirigentes, que ainda não têm noção de que forma uma intervenção psicológica pode auxiliá-los a aumentar o rendimento esportivo ou superar situações adversas Rúbio (2002), tendo em vista que a psicologia por vezes ainda é vista apenas como uma atuação clínica.

O foco desta área da psicologia, consoante Castellani (2014), permeia entre a análise do comportamento humano e suas dimensões psicológicas, como a motivação, afetividade, cognição, entre outras, dessa forma, de acordo com Weinberg e Gould (1995), conforme citado por Filho (2000):

“Os profissionais que atuam nessa área estão diretamente interessados em dois objetivos principais “(a) ajudar atletas a usar os princípios psicológicos para melhorar a performance; e (b) compreender como a participação em atividades físicas, esportes, exercícios e jogos afeta o desenvolvimento psicológico, a saúde e o bem-estar ao longo da vida.” (FILHO, 2000, p. 34)

Além disso, outras especialidades da psicologia têm contribuído grandemente para o entendimento de como a cognição e as emoções/sentimentos podem afetar diretamente no desempenho dos atletas nas mais diversas áreas do esporte. Essas contribuições podem ser observadas pelas áreas da psicologia experimental, psicologia do

desenvolvimento, psicologia da personalidade, psicologia social, e por fim, a psicologia clínica, que visa auxiliar os atletas nas questões relacionadas ao desajustamento psicológico do atleta e suas modificações, como aponta VIEIRA, et al. (2010).

Dessa forma, uma das áreas da psicologia que tem contribuído mais efetivamente para com a psicologia do esporte é a psicologia clínica, que traz em sua história uma série de investigações e estudos a respeito do estresse, da ansiedade, que por vezes são acometidos aos atletas, estudos esses que podem ser usados para se basear a forma de atuação dentro da psicologia do esporte, uma vez que essa área carece de mais estudos e produções científicas. A psicologia clínica oferece também à psicologia do esporte muitas técnicas de relaxamentos que saem do âmbito clínico e adentram para os centros de treinamentos para que sejam aplicados por profissionais da psicologia, a fim de reestabelecer uma normalidade dos sintomas sentidos pelos atletas, disponibiliza ainda diversos estudos da relação do exercício físico e prática de esportes com a saúde mental, entre diversas outras contribuições, como é comentado por Filho (2000).

Os profissionais da psicologia do esporte estão ainda,

“diretamente ligados em estudos relacionados à relação do exercício e os estados de humor, depressão, ansiedade, resistência à dor, responsividade ao stress, compulsão ao exercício, drogadição no esporte, distúrbios alimentares.” (FILHO, 2000, p.35).

Apesar do surgimento dos primeiros estudos que originaram a psicologia serem datados por volta dos anos de 1879, por Wilhelm Wundt, a psicologia do esporte propriamente dita é uma área relativamente nova de atuação conforme citado acima. Por mais que alguns descritores já considerem o surgimento da mesma desde o final do século XIX, como aponta Samulski (1992) e comentado por Rúbio (2002), onde o mesmo menciona estudos e pesquisas interligadas a questões psicofisiológicas no esporte, foi a partir dos anos de 1950 que a psicologia do esporte tomou forma e passou a ser buscada por grandes clubes e associações atléticas, essa busca pela psicologia do esporte surgiu a partir de inúmeras demandas no esporte, principalmente no futebol e que foi impulsionado pelas diversas mudanças ocorridas no formato a partir da mesma data, como argumenta Rúbio (2002) *“As regras que marcavam o esporte na década de 1950 eram o amadorismo e o fair play, e isso representava um compromisso com a prática esportiva competitiva muito distinto daquele que se vive hoje.”*

Faz necessário lembrar também que muitos instrumentos psicométricos que foram desenvolvidos nessa época já eram utilizados com a seleção brasileira de então, nesse mesmo ano ocorria no Brasil a copa do mundo de 1950 e que, apesar de ter feito uma boa campanha o Brasil acaba sendo derrotado pelo Uruguai, e na competição seguinte à derrota para a Hungria, nesse momento os atletas brasileiros eram acusados pela população de “estarem jogando sem fibra”, como menciona Hernandez (2011). Esse fato está diretamente ligado à procura pela área e pela atuação de psicólogos dentro dos clubes brasileiros, uma vez que o futebol brasileiro se fragilizou drasticamente após a derrota, Rúbio (2002) cita ainda que esse acontecimento se tornou quase um tabu para atletas, dirigentes e para a população no geral. A busca pelos estudos e pela psicologia do esporte se deu então, a partir das vivencias e das necessidades apresentadas pelos clubes, visando a otimização dos atletas em campo, mas também ofertando um acompanhamento para as mesmas demandas e para as possíveis frustrações encontradas nessa área.

Rúbio (1999), aponta que foi durante os anos 60 que a psicologia do esporte viveu uma fase de grande produção científica e de crescimento profissional, ela aponta ainda que foi nesse mesmo período que surgiu o primeiro instituto especializado a tratar de assuntos relacionados à psicologia do esporte, e, tinha como objetivo agregar saberes e pessoas interessadas na área, buscando assim fortalecer e fazer crescer não só em atuação, mas também em produção científica. Desse modo, surge então, a *International Society of Sport Psychology* (ISSP) que surge com o intuito de congrega pessoas interessadas na psicologia do esporte e que objetivava divulgar trabalhos na área, e promover uma troca de conhecimentos a respeito da área pelos atuantes da mesma. Através da troca de informações e estudos a respeito dessa nova área de atuação da psicologia promovida por diversos periódicos, observou-se então que a produção e atuação do profissional não se findava apenas no acompanhamento e intervenção de equipes, mas também na elaboração científica a respeito da área.

No futebol, assim como nas demais áreas da psicologia do esporte, a aplicação dos saberes da mesma visa focar no treinamento de habilidades sociais, interpessoais e psicológicas, trabalhando ainda a concentração, motivação, controle emocional, visando sempre o máximo rendimento dos atletas dentro de campo, buscando ainda trabalhar não somente o aspecto profissional, mas também todo o desenvolvimento global do atleta enquanto indivíduo (RÚBIO, 2002).

No Brasil, o marco histórico do aparecimento da psicologia do esporte voltado principalmente ao futebol, se dá graças à atuação e estudos de João Carvalhaes que foi um profissional com vasta experiência na área de psicometria, com atuação conjunta a do São Paulo Futebol Clube, onde esteve por cerca de vinte anos, e esteve compondo a comissão técnica da seleção brasileira, a mesma que participou da copa do mundo na Suécia e que conquistaram o primeiro título mundial para o país. (MACHADO, 1997; RUBIO, 1999).

Rúbio (2002), afirma a presença de várias psicologias do esporte, entretanto, chama a atenção para o fato de que nem toda psicologia aplicada ao esporte é denominada psicologia propriamente dita do fazer do esporte. Para ela, a psicologia do esporte tem do seu início ao fim o intuito do *“estudo do ser humano envolvido com a prática de atividade física e esportiva competitiva e não competitiva.”* (RUBIO, 2002).

Pode-se destacar duas modalidades de atenção e intervenção à psicologia do esporte, uma individual, onde o foco da intervenção se concentra no próprio atleta enquanto atuação e atividades voltadas ao seu rendimento, o controle da ansiedade frente aos eventos que possam desencadear a mesma, monitoramento de sentimentos, reações pessoais, etc. e outra modalidade, a coletiva que tem como foco a intervenção sobre as relações grupais, a formação de vínculos e organização de lideranças, além de se trabalhar as relações interpessoais (RÚBIO, 2002).

Dessa forma, é possível argumentar sobre a importância de psicologia no meio esportivo, uma vez que a mesma é capaz de auxiliar os atletas no aumento de seu rendimento e desempenho através da intervenção e aplicação de técnicas psicológicas (RÚBIO, 2002).

A psicologia voltada para o campo esportivo é capaz de modificar ainda toda uma sociedade que vê no futebol algo muito além de uma simples competição, mas sim uma apresentação de saberes e talentos que carregam em cada passe a cultura e o orgulho de cada jogador que veste a camisa de seu time ou país e mostrando a todos a qualidade e especialidade do futebol de todos os cantos do planeta (RÚBIO, 2002).

O futebol traz consigo um grande poder transformador, gerando empregos e mostrando suas capacidades de auxílio frente às mazelas humanas vivenciadas por tantas pessoas. Não é à toa que o futebol tem se mostrado como um dos grandes grupos de intervenção e de atuação, como relata Vilarino, et al. (2017), o esporte, em especial o

futebol, tem o poder de juntar classes, raças etnias e gêneros, todos em busca da observação do espetáculo que sempre acontece as partidas de futebol.

A psicologia já contribui e tem muito que contribuir para com o esporte, os atletas e toda a gama de pessoas envolvidas como o mesmo. Através do trabalho ativo dos profissionais da psicologia que visam intervir buscando sempre o bem estar pessoal de cada atleta tal como viabilizar o alto rendimento e alavancar os resultados de clubes e de atletas neles inseridos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme discussão ao longo desse estudo e com base nas literaturas acessadas para construção do mesmo infere-se que a Psicologia entra em campo desde o processo que o atleta é admitido no clube de futebol, a partir desses momentos as relações humanas ali estabelecidas precisam do profissional de psicologia para intervir e contribuir no desempenho, bem-estar e qualidade de vida desses atletas. A Psicologia do Futebol tem como premissa evidenciar as demandas psicológicas em cada contexto esportivo e também as necessidades individuais de cada atleta, agindo como ciência que atua nesses processos e intervém de forma positiva para o alcance dos objetivos. A Psicologia do Futebol apresenta dificuldades enquanto execução, falta oportunidade e incentivo nesse campo de atuação (principalmente por parte dos times e direção dos centros), é de extrema importância que os profissionais de psicologia evidenciem esse campo de atuação e conduzam estudos nesse sentido, apontando fazeres, possibilidades e evidências da prática profissional nesse local.

REFERÊNCIAS

1. BYRNE A, BYRNE D. The effect of exercise on depression, anxiety and other mood states: a review. *Journal of Psychosomatic Research*, 1993; 6: 565-574.
2. CASTELLANI RF. Futebol e Psicologia do Esporte: Contribuições da Psicologia Social. *Revista Conexões*, 2014; 12(2): 94-113.
3. DOOU M, et al. Mídia e a produção do sujeito jogador de futebol profissional. *Fractal, Rev. Psicol.*, 2014; 26(3): 963-978.
4. DUNN A, et al. Physical activity dose-response effects on outcomes of depression and anxiety. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, Madison, Wis., 2001; 33(6): S587-S597.

5. FELTZ D. The nature of Sport psychology. In T. Horn (Ed.) *Advances in Sport psychology*. Champaign: Human Kinetics. 1992; p. 3 - 11.
6. FILHO PGS. O que é a Psicologia dos Esportes. *Rev. Bras. Ciên. e Mov.*, 2000; 8(4).
7. FLEURY S. *Competência emocional: o caminho da vitória para equipes de futebol*. São Paulo: Gente, 1998.
8. GARVIN A, et al. Influence of acute physical activity and relaxation on state anxiety and blood lactate in untrained college males. *International Journal of Sports Medicine*, 1997; 18(6): 470 - 476.
9. GILL DL. *Psychological dynamics of Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1986.
10. HELAL R. *Passes e Impasses – futebol e cultura de massa no Brasil*. Petrópolis: Vozes, 1997.
11. HENANDEZ JAE. João Carvalhaes, um psicólogo campeão do mundo de futebol. *Estud. pesqui. psicol.*, 2011; 11(3).
12. PINHO HS. *A Psicologia e o Psicólogo do Esporte: uma formação necessária*. Instituto de Psicologia, 2016.
13. ROMÁN S, SAVOIA MG. Pensamentos automáticos e ansiedade num grupo de jogadores de futebol de campo. *Psicologia: teoria e pratica*, 2003; 5(2).
14. RUBIO K. *Origens e Evolução da Psicologia do Esporte no Brasil*. *Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales*, Universidad de Barcelona, 2002; 373.
15. RUIZ G, CABRERA D. Los valores en el deporte. *Revista de Educación*, 2004; 335: 9 - 19.
16. SALOMÃO RL, et al. Atletas de base de futebol: a experiência de viver em alojamento. *Psico-USF*, 2014; 19(3): 443 - 455.
17. SAMULSKI D. *Psicologia do Esporte*. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG, 1992.
18. SAPIENZA V. O que faz o psicólogo do esporte? *Rev. bras. Educ. Fís. Esp.*, 2006; 20(5): 165 - 167.
19. SILVA LVL, et al. Contribuições da Psicologia ao Esporte de Alto Rendimento. *Id online Revista de Psicologia*, 2010; 4(11): 1981 - 1179.
20. VIEIRA LF, et al. *Psicologia do Esporte: uma área emergente da Psicologia*. *Psicologia em Estudo*, 2010; 15(2): 391 - 399.