

Psicologia do esporte: espaço de pesquisa e campo de intervenção¹

Katia Rubio²

Universidade de São Paulo

Resumo

O esporte enquanto uma instituição social tem se projetado como um dos grandes fenômenos deste final de século, agregando em torno de si um número cada vez maior de áreas afins, constituindo as chamadas Ciências do Esporte. No bojo desta nova ciência, encontra-se a Psicologia do Esporte, que apesar de já possuir quase um século de história, no Brasil ainda é vista como área emergente. O presente trabalho busca apresentar um panorama da área enquanto um espaço de pesquisa que vem se constituindo ao longo de quase três décadas de investigação, reunindo profissionais da psicologia e da educação física, como um campo privilegiado de intervenção no qual o psicólogo começa a especializar-se e adequar-se às demandas específicas.

Palavras-chave: psicologia do esporte, atuação profissional, grupos esportivos.

Sport psychology: reserch space and intervention field

Summary

The sport while a social institution has projected as the most important phenomenon of this last century, joint many relative areas, constituting the Sport Sciences. Inside of this new science there are the Sport Psychology, that have already had almost one century of history, in Brazil is an emergent area. This article presents an overview of the area while a research space that has constituting during the last thirty years, congregating psychology and physical education professionals, building a advantaged intervention field where the psychologist to specialize and to adequate to the specifics necessity.

Key words: sport psychology, professional actuation, sportive groups.

A Psicologia do Esporte tem se desenvolvido, atualmente, dentro de um espectro denominado Ciências do Esporte, composta por disciplinas como antropologia, filosofia e sociologia do esporte, no que se refere à área sócio-cultural, incluindo também a medicina, fisiologia e biomecânica do esporte, demonstrando uma tendência – e uma necessidade – à interdisciplinaridade. Essa tendência, contudo, não representa uma prática interdisciplinar, ainda, uma vez que as diversas sub-áreas convivem enquanto soma, mas não em relação, fazendo com que as Ciências do Esporte vivam hoje num estágio que Bracht (1995) denominou ‘pluridisciplinar’.

Nos últimos 20 anos a Psicologia do Esporte tem se ocupado de temas como motivação, personalidade, agressão e violência, liderança, dinâmica de grupo, bem-estar psicológico, pensamentos e sentimentos de atletas e vários outros aspectos da prática esportiva e da atividade física. Atualmente, psicólogos do esporte estão envolvidos em pesquisas e trabalham com atletas e técnicos com o objetivo de melhorar o rendimento, potencializando a prática esportiva (Willians & Straub, 1991).

Apesar dessa definição atual de campo e papéis, nem sempre foi clara a abrangência da Psicologia do Esporte. Samulski (1992) afirma que no

1. Curso oferecido durante a XXVIII Reunião Anual de Psicologia, outubro, 1998. (e-mail: katrubio@usp.br).

2. Universidade de São Paulo - Escola de Educação Física e Esporte. Avenida Prof. Melo Moraes, 65. Butantã. São Paulo, SP. CEP: 05508-900.

final do século XIX já era possível encontrar estudos e pesquisas relativas a questões psicofisiológicas no esporte, porém, conforme De Rose Jr. (1992) ainda que houvesse estudos no campo do comportamento humano relacionados à atividade física e ao esporte esses dois aspectos foram estudados durante muito tempo sob o título de Psicologia do Esporte, sem que houvesse uma definição exata do que fosse essa área de estudo e qual seu verdadeiro objetivo.

Foi na década de 20, de acordo com Machado (1997), que encontramos as publicações de Schulte (Corpo e alma no desporto: uma introdução à psicologia do treinamento) e de Griffith (Psicologia do treinamento e Psicologia do atletismo) vindo, este segundo, a fundar o primeiro laboratório de pesquisa aplicada ao esporte nos Estados Unidos. Enquanto no Ocidente muito tempo se passou até que fosse dada maior ênfase ao estudo e pesquisa na área, na antiga União Soviética métodos e técnicas eram desenvolvidos para incrementar o rendimento de atletas e equipes.

Segundo Wiggins (1984) foi na década de 60 que surgiram vários nomes como Cratty, Oxendine, Solvenko, Tutko, Olgivie, Singer e Antonelli que contribuíram com estudos sobre aspectos da psicologia social na atividade física e esporte, utilizando abordagens experimentais, culminando em várias publicações que influenciam trabalhos até os dias de hoje.

É também nessa década que se organiza a primeira instituição com o objetivo de congregar pessoas interessadas na Psicologia do Esporte. Surge a *International Society of Sport Psychology* (ISSP), presidida pelo italiano Ferruccio Antonelli, que além de ter como principal publicação o *International Journal of Sport Psychology*, realiza reuniões bienais com o objetivo de divulgar trabalhos na área, além de promover o intercâmbio entre os investigadores. Preocupados com o distanciamento que a ISSP vinha tomando da área acadêmica, um grupo de pesquisadores fundado em 1968, a *North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity* (NASPSPA), cujo foco de estudo e atuação recai sobre aspectos do desenvolvimento, da aprendizagem motora e da Psicologia do Esporte, tendo

como principal periódico o *Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Essas distensões refletem, em certa medida, o que vem se passando na Psicologia do Esporte nas últimas décadas. Martens (1987) afirmou que seria possível ver profissionais em dois campos distintos de atuação: no primeiro deles estaria a Psicologia do Esporte acadêmica, cujo interesse profissional recairia sobre a pesquisa e conhecimento da disciplina Psicologia do Esporte; no segundo estaria a Psicologia do Esporte aplicada, próxima do campo de atuação e intervenção. O que estas divisões refletem, na verdade, são a preparação e as possibilidades de atuação dos profissionais junto a esse campo de atuação que, se por um lado representa um certo corporativismo, por outro indica a abertura de uma área.

Observamos, assim, o surgimento e desenvolvimento de uma campo denominado Psicologia do Esporte, muito próximo da atividade física e do lazer, sendo inclusive componente curricular dos cursos de Educação Física, porém, mantendo um distanciamento da Psicologia enquanto 'ciência mãe'. Apesar disso, estamos assistindo nesta última década a uma 'descoberta' da Psicologia do Esporte enquanto área de atuação emergente por parte dos psicólogos, que encontram porém grandes dificuldades para intervir adequadamente, uma vez que os cursos de graduação não oferecem preparação específica, não formando nem qualificando o graduando para esta possibilidade de prática profissional.

Campos de atuação

Como visto anteriormente, a Psicologia do Esporte, ainda que se utilize desta denominação não é um terreno exclusivo de psicólogos, isso porque, a formação dos profissionais não é formalmente determinada. Brandão (1995) observa que por ser disciplina regularmente oferecida somente na graduação dos alunos de Educação Física

isto significa que o delineamento do que faz um profissional da Psicologia do Esporte e que formação ele necessita, ainda, não estão claros. Prova disto, é que encontramos engenheiros,

médicos, professores de Educação Física e profissionais de outra formação universitária, trabalhando e até mesmo 'treinando mentalmente' atletas" (p. 140).

Mais do que uma declaração corporativista essa afirmação vem refletir a dificuldade em se delimitar a área de atuação e os diversos profissionais que nela atuam.

Lesyk (1998) aponta que em 1983 o Centro Olímpico Americano indicou três possibilidades de atuação para os profissionais da área: o *clínico*, profissional capacitado para atuar com atletas e/ou equipes esportivas, em clubes ou seleções, cuja preparação específica envolve conhecimentos da área de psicologia e do esporte, não bastando apenas a formação em Psicologia ou Educação Física; o *pesquisador*, cujo objetivo é estudar ou desenvolver um determinado conhecimento na Psicologia do Esporte sem que haja uma intervenção direta sobre o atleta ou equipe esportiva; e o *educador* que desenvolve a disciplina Psicologia do Esporte na área acadêmica seja na Psicologia, seja na Educação Física. Nos dois últimos casos não se exige formação específica do profissional.

Além da definição da possibilidade de atuação profissional, Singer (1988) aponta para outros desdobramentos no campo de atuação profissional do psicólogo do esporte, fornecendo os seguintes modelos: o *especialista em psicodiagnóstico* – faz uso de instrumentos para avaliar potencial e deficiências em atletas; o *conselheiro* – profissional que atua apoiando e intervindo junto a atletas e comissão técnica no sentido de lidar com questões coletivas ou individuais do grupo; o *consultor* – busca avaliar estratégias e programas estabelecidos, otimizando o rendimento; o *cientista* – produz e transmite o conhecimento da e para a área; o *analista* – avalia as condições do treinamento esportivo, fazendo a intermediação entre atletas e comissão técnica; o *otimizador* – com base numa avaliação do evento esportivo busca organizar programas que aumentem o potencial de *performance*.

A partir dessa diversidade de atuações não é difícil que se espere do profissional que atua em

Psicologia do Esporte também uma diversidade de formação. Além do conhecimento específico da Psicologia como o uso de instrumentos em diagnóstico e modelos de intervenção, espera-se e exige-se do profissional que deseja atuar na área um vasto conhecimento das questões que envolvem o atleta, individualmente, como noções de anátomo-fisiologia, e específicas do esporte, como as modalidades esportivas e regras, bem como dinâmica de grupos esportivos. Esse corpo de conhecimento se faz necessário na medida em que se estará atuando com indivíduos e/ou grupos que têm sua dinâmica limitada pelo contexto que se está vivendo, ou seja, os treinamentos, as competições e a interação em um meio restritivo como concentração ou alojamentos conjuntos.

Destacando a necessidade de uma formação abrangente Samulski (1992) aponta como sendo quatro os campos de aplicação da Psicologia do Esporte: esporte de rendimento; esporte escolar; esporte recreativo e esporte de reabilitação.

Entende-se por *esporte de rendimento* a busca da otimização da *performance* numa estrutura formal e institucionalizada. Nessa estrutura o psicólogo atua analisando e transformando os determinantes psíquicos que interferem no rendimento do atleta e/ou grupo esportivo.

O *esporte escolar* tem por objetivo a formação, norteada por princípios sócio-educativos, preparando seus praticantes para a cidadania e para o lazer. Neste caso, o psicólogo busca compreender e analisar os processos de ensino, educação e socialização inerentes ao esporte e seu reflexo no processo de formação e desenvolvimento da criança, jovem ou adulto praticante.

Já o *esporte recreativo* visa ao bem-estar para todas as pessoas. É praticado voluntariamente e com conexões com os movimentos de educação permanente e com a saúde. O psicólogo, nesse caso, atua na primeira linha de análise do comportamento recreativo de diferentes faixas etárias, classes socioeconômicas e atuações profissionais em relação a diferentes motivos, interesses e atitudes.

Por fim o *esporte de reabilitação* desenvolve um trabalho voltado para a prevenção e intervenção em pessoas portadoras de algum tipo de lesão decorrente da prática esportiva, ou não, e também com pessoas portadoras de deficiência física e mental.

Se até aqui nos deparamos com o campo de atuação profissional do psicólogo do esporte, falaremos em seguida, especificamente, do campo de intervenção junto a atletas individuais e equipes esportivas. Vale ressaltar que o que pretendemos aqui é uma apresentação dos temas relevantes e não a exploração de cada um deles especificamente, visto a abrangência da área e a crescente qualidade da bibliografia, muitas vezes específica, de cada um dos pontos levantados.

Características psicológicas e diferenças individuais

É grande o número de pesquisadores que tem se empenhado em estudar a relação entre tipo de personalidade e a escolha de uma modalidade esportiva (Fischer, 1984; Silva, 1984; Vealey, 1992; Weinberg & Gould, 1995). Partindo, quase sempre do conceito de personalidade enquanto diferenças individuais, os estudos nessa área são controversos e, por vezes, confusos. Isso porque, além da divergência sobre o que é personalidade – característica subjetiva ou comportamental? – no âmbito da Psicologia, temos que no esporte, mais especificamente, essa discussão ganha contornos próprios. Das questões relacionadas a métodos e técnicas para a abordagem da questão até a relação entre tipologia e escolha e prática de determinadas modalidades esportivas ainda não se chegou a respostas conclusivas ou explicativas suficientes para satisfazer a técnicos e atletas ou mesmo aos estudiosos do assunto.

Dentro dos modelos adotados no estudo da personalidade, Silva (1984) destaca três perspectivas: a determinista – pouco adotada em Psicologia do Esporte, próxima da psicodinâmica que tem como referência autores como Freud, Jung, Adler; o traço – a personalidade dotada de características relativamente constantes que diferencia uma pessoa das

demais, baseando-se em autores como Allport; e a interacional – que busca compreender a personalidade a partir da integração das influências pessoais com as do meio em que a pessoa está inserida, tendo em Bandura um dos teóricos referenciais. Essa última perspectiva tem sido a mais adotada em pesquisas na última década.

O traço comum dos estudos relacionados a esse assunto é que ainda que a personalidade seja caracterizada pela composição individual dos traços de um sujeito, no esporte esse assunto ganha contornos próprios quando encontramos um traço comum naquilo que se refere à conquista e ao êxito.

Um estudo neste sentido foi realizado por Messias & Pelosi (1997) apontando que ainda que existam inúmeras diferenças individuais, há um perfil comum de atletas de alto rendimento que apresentam características como auto-confiança, melhor concentração, preocupação positiva pelo esporte, determinação e compromisso.

De acordo com Vealey (1992) o estágio atual de conhecimento na área tem demonstrado uma preocupação em descrever características psicológicas em atletas, a influência da personalidade no comportamento esportivo, bem como transformações da personalidade, e baseado numa vasta revisão bibliográfica aponta algumas conclusões gerais sobre as pesquisas realizadas na área. Não há evidências, pelos estudos, de que exista uma ‘personalidade de atleta’. As pesquisas não são conclusivas sobre a existência de um tipo de personalidade que distinga atletas de não-atletas. Também não são conclusivos os estudos que apontam para as diferenças entre personalidade e os sub-grupos esportivos (esporte individual x esporte coletivo, esporte de contato x esporte de não contato). O autor destaca ainda que o sucesso no esporte pode influenciar a saúde mental do indivíduo, facilitando a propriocepção positiva e produzindo estratégias cognitivas de sucesso, o que não representa mudança na personalidade traço.

Os estudos sobre as diferenças individuais na Psicologia do Esporte não se restringem apenas aos estudos da personalidade. Outro tópico que intriga psicólogos e pesquisadores relaciona-se à motivação.

Numa definição clássica do termo (Sage, 1977) motivação é entendida como a direção e intensidade de um esforço.

Compreendida no contexto esportivo a *direção do esforço* refere-se tanto à busca individual de um objetivo quanto aos atrativos de determinadas situações. Já a *intensidade do esforço* refere-se ao grau de energia que uma pessoa despende no cumprimento de uma situação particular. No entender de Weinberg & Gould (1995) ainda que próximas, direção e intensidade, do ponto de vista teórico, devem ser separadas. Ainda assim, a motivação pode afetar a seleção, intensidade e a persistência de um indivíduo, que, no caso do esporte, interfere diretamente na qualidade da performance do atleta.

Destacamos da literatura (Brawley & Roberts, 1984; Weinberg, 1984; Weinberg & Gould, 1995; Weiss & Chaumeton, 1992) que o nível de motivação de um atleta é determinado pela interação de fatores pessoais como personalidade, necessidades, interesses e habilidades, assim como fatores situacionais específicos como facilidade na prática, tipo de técnico ou orientação para a vitória ou fracasso da equipe. A apreciação dessas questões pode auxiliar na compreensão de diferentes situações num mesmo jogo. Alguns atletas podem se sentir mais motivados se criticados ou punidos enquanto outros podem se frustrar, deprimir ou mesmo exprimir grande raiva.

Conhecer os diferentes tipos de motivação torna-se indispensável para a compreensão, por exemplo, da adesão à prática esportiva ou do 'burn out' (abandono). Na concepção de Weinberg & Gould (1995) o modelo interacional tem sido utilizado na Psicologia do Esporte e do Exercício como um dos principais meios para se estudar e compreender a motivação. Isso porque nesta perspectiva a motivação, assim como a personalidade, não é apenas o resultado de fatores subjetivos e próprios do atleta como traços de personalidade, necessidades, interesses e objetivos, nem somente influência ou interferência do estilo de técnicos e professores ou a conquista de um título ou quebra de um recorde. Logo, atletas são motivados tanto por variáveis situacionais quanto por traços internos na prática esportiva.

Aos traços internos Samulski (1992) dá o nome de *motivação intrínseca* que consiste na capacidade desenvolvida pelo próprio atleta para a realização de um interesse. Esses determinantes podem ser designados como vontade, desejo, determinação, que muitas vezes podem contrastar com situações externas adversas que dificultariam seu cumprimento. Já a *motivação extrínseca* é aquela referenciada em fatores externos como o reconhecimento social, o elogio, premiações que interferem e/ou determinam uma conduta. O autor sustenta que para o esporte, especialmente para o esporte de alto rendimento, é de fundamental importância o desenvolvimento da motivação para o rendimento. *Por motivação de rendimento entende-se o desejo de melhorar, aperfeiçoar ou manter seu rendimento a um alto nível* (p. 56), e distingue a motivação em determinantes internos e externos. Por determinantes internos entende aqueles fatores de ordem subjetiva como nível de aspiração, hierarquia de motivos, motivação do rendimento e atribuições causais que podem interferir ou determinar o resultado de uma ação à sua própria capacidade ou a seus próprios esforços. Já os determinantes externos estão relacionados ao meio social em que o atleta está inserido e que se manifestam na forma de incentivos ou dificuldades e problemas.

Ainda com relação ao que estamos denominando características e diferenças individuais, encontramos um grande número de trabalhos voltados para o estudo da ansiedade e do stress no esporte (Brandão & Matsudo, 1990; Davids *et al*, 1995; Gould & Krane, 1992; Hackfort & Schwenkmezger, 1993; Martens *et al*, 1990; Sonstroem, 1984). Esses conceitos - e estados - de difícil descrição, porém perceptível em qualquer situação competitiva, também não é consensual entre psicólogos e pesquisadores.

Muitos atletas relatam que percebem sua *performance* sendo afetada pelo que chamam ansiedade ou excitação antes e durante competições. E para poder controlar essa situação desenvolvem as mais variadas estratégias. O que encontramos na literatura é que há uma relação próxima entre nível de ativação - que também envolve ansiedade - e *performance*, e

ainda, que os pesquisadores não sejam capazes de especificar qual o nível ótimo de ativação sabe-se que a ativação é necessária e variável de atleta para atleta.

Ansiedade é definida por Gould & Krane (1992) como o impacto emocional ou dimensão cognitiva da ativação. Sonstroem (1984) afirma que ansiedade tem sido estudada no esporte partindo de seus efeitos emocionais negativos. Porém, a partir de estudos realizados em fisiologia e psicologia tem-se demonstrado que um determinado tipo de ansiedade é necessário para a prontidão na execução de algumas tarefas. Esse estado é chamado de ativação. Num texto clássico da área Spielberg (1972) notou que para a teoria da ansiedade ser adequada é necessário diferenciar entre ansiedade como um estado de disposição de ânimo e como um traço de personalidade. O autor define ansiedade estado (A state) como um “estado emocional caracterizado como subjetivo, consciência da percepção de sentimentos de apreensão e tensão, acompanhado pela associação com o sistema nervoso autônomo” (p. 17). Essa condição varia conforme o momento e flutua proporcionalmente para o indivíduo perceber como reagir dentro de uma situação imediata. Ansiedade traço (A trait), por outro lado, é “um motivo ou hábito – disposição comportamental – que predispõe um indivíduo a perceber uma ampla gama de circunstâncias não-perigosas objetivamente como ameaçadoras e para responder a isso com reações desproporcionais de ansiedade-estado em intensidade e magnitude de perigo” (p. 17).

O termo *stress* tem sido utilizado, muitas vezes, como sinônimo de ansiedade. Martens (1977) afirma que “*stress* é um processo que envolve percepção de um desequilíbrio substancial entre a demanda do meio e a capacidade de resposta, dentro de condições onde o fracasso é percebido como tendo importantes conseqüências sendo respondido com aumento de níveis de ansiedade-estado” (p. 9). Esta afirmação delinea o *stress* como um influência do meio mediada pela percepção e ansiedade como manifestações cognitivas de *stress*.

Como vemos, os conceitos de ativação, ansiedade e *stress* no esporte caminham lado a lado, e as discussões já não apontam no sentido de aceitá-las como condições boas ou más, mas qual o nível ótimo – ou aceitável – para um bom desempenho, ou diríamos, para a manutenção de uma boa qualidade de vida para o atleta.

Interação social e dinâmica de grupos esportivos

Ao longo da história da humanidade pessoas mantêm-se agrupadas como uma forma de alcançar objetivos comuns. Nos juntamos em uma grande variedade de grupos por razões sociais ou para desempenhar uma tarefa com maior sucesso. Sendo assim, estamos sujeitos a troca de influências constante, exercendo nossa própria sobre os demais membros do grupo, e, na mesma proporção, sendo influenciados.

Os estudiosos que se dedicam ao estudo dos grupos procuram destacar a diferença entre grupo e um conjunto de indivíduos. Neste sentido Andrade (1986) afirma que grupo é um conjunto de indivíduos que se reúnem por ou para alguma coisa. É uma situação indeterminada com dois referenciais: um problema comum e o conhecimento entre as pessoas.

Mas é na visão que Pichon-Rivière (1991) tem de grupo que encontramos a possibilidade de nos aproximar dos grupos esportivos. Isso porque na concepção deste autor o grupo é um espaço de aprendizagem que implica em informação, emoção e produção. O grupo se caracteriza por estar centrado, de forma explícita, em uma tarefa e a participação através dela permite não só sua compreensão, mas também sua execução.

Quando afirmamos que esta concepção se aproxima das equipes esportivas é porque fica claro, no esporte, aquilo que Pichon-Rivière (1991) chama de tarefa. A tarefa não é aqui apenas o movimento para o trabalho, mas a compreensão de seu objetivo – aquilo que se poderia chamar de conscientização – processo e finalidade.

Sendo assim, as etapas de preparação para um torneio são, cada uma delas, uma nova tarefa, que

compreendidas e incorporadas pelo atleta permitem sua execução, de forma desalienada, podendo culminar no seu sucesso.

Isso reforça o pensamento de Rioux & Chappuis (1979) que observaram que toda equipe esportiva se apresenta como um paradigma da vida humana, distribuída em minissociedades. Técnicos e atletas, em todas as dimensões do rendimento, procuram dedicar boa parte do tempo em busca de conhecimento e aprimoramento de suas habilidades de comunicação, cooperação e de convivência mediadas por aquilo que é, sem dúvida, a maior qualidade das equipes: ser coesa, eficiente e eficaz.

Autores como Loy & Jackson (1990), Widmeyer et al (1993) e Hanrahan & Gallois (1993) entre outros têm postulado que uma equipe esportiva é mais que a soma de valores individuais e que o time com melhor *performance* não é composto, necessariamente, pelos melhores jogadores destacados em suas funções, representando que não é apenas a qualidade individual que se necessita para formar uma equipe com probabilidade de êxito. O mais importante é a capacidade de coordenação de cada um dos valores que entram em jogo – relações humanas, aspectos técnicos e táticos e determinantes biológicos – uma vez que o resultado somente se dará com a soma desses valores.

Ao falarem em grupos ou equipes esportivas Rubio e Simões (1998) referem-se não apenas ao conjunto de indivíduos que se agrupam por dimensões temporais e espaciais, mas ao complexo conjunto de fatos objetivos e subjetivos que tornam um grupo efetivo e desejoso de alcançar suas metas, sejam elas uma atuação adequada em um partida, a vitória ou apenas uma boa colocação em um campeonato.

Uma questão importante, que se coloca hoje, é se o rendimento de uma equipe esportiva é tão efetivo quanto a sua composição, incluindo aí talento coletivo, habilidades e capacidades individuais. As interações tornam-se mais complexas quando o número de participantes do grupo aumenta, representando uma grande dificuldade para técnicos no trabalho com equipes esportivas.

A coesão grupal tem sido um dos temas mais estudados em ciências do esporte. Algumas boas revisões foram feitas por Carron (1988), Gill (1988) e Widmeyer *et al* (1992), apresentando o presente nível de conhecimento na área.

Na ótica de Russel (1993) a coesão é tida pelos técnicos como a principal característica de uma equipe, o requisito mais importante para se obter sucesso, tendo no conflito externo um fator de incremento da coesão interna.

Para Carron (1982) coesão é um processo dinâmico que se reflete na tendência do grupo de se manter junto e permanecer unido na busca de seus objetivos e metas. Nessa perspectiva o autor propõe um modelo com quatro categorias que antecedem o desenvolvimento da coesão:

Determinantes situacionais – Refere-se a variáveis impostas pelo meio que interferem diretamente na coesão. Exemplos dessas situações são as renovações de contratos, mudanças nas regras da modalidade, prêmios oferecidos por vitórias. Além desses fatores questões como idade e origem podem desempenhar papel fundamental na aproximação dos membros da equipe.

Fatores pessoais – São características individuais dos membros do grupo que podem interferir na coesão. Inclui-se aqui a identificação com a tarefa e a auto-motivação.

Estilos de liderança – É a complexa interação entre a liderança desempenhada pelo técnico e os atletas. Inclui o estilo de liderança e comportamentos apresentados e a relação com o grupo.

Determinantes grupais – Refere-se às características da tarefa identificadas nas modalidades individuais e coletivas, às normas de produtividade do grupo, desejo de sucesso e estabilidade da equipe. Carron (1982) afirma que grupos que permanecem juntos por longo tempo e têm um forte desejo de sucesso apresentam níveis mais elevados de coesão. O autor aponta ainda que sendo a coesão um processo dinâmico, contribui para o desenvolvimento e manutenção do grupo, bem como de outras propriedade

grupais, incluindo a comunicação, as percepções intragrupo e a produtividade.

Porém, o sucesso do grupo não reside apenas na coesão. Russel (1993) afirma que o desenvolvimento da coesão só será efetivo se o grupo enquanto uma instância independente e auto-suficiente, possuir uma estrutura efetiva de liderança.

De acordo com Martens (1987) a liderança efetiva é determinada pelo estabelecimento de objetivos e metas concretas, construção de um ambiente social e psicológico favorável, instrução de valores e motivação dos membros para que se alcancem os objetivos e metas e comunicação com outros atletas.

A liderança nos grupos esportivos apresenta-se de uma maneira um pouco mais complexa. Isso porque temos o líder externo – na figura do técnico – e o líder interno – representado, muitas vezes, pela figura do capitão (Rubio, 1998). O reconhecimento desse movimento de dupla liderança pode representar o sucesso da equipe esportiva, uma vez que elas não se sobrepõem mas caminham em paralelo. Técnico e capitão desempenham papéis distintos e complementares e ambos representam lideranças.

Em suma, liderança refere-se à influência que um indivíduo exerce sobre seus companheiros em torno de um objetivo, representado no esporte pela relação técnico-atleta.

Considerações finais

Ao longo desse texto busquei apresentar parte do universo de interesse de psicólogos e pesquisadores que atuam na área esportiva. Nem de longe eles representam a totalidade dos estudos e pesquisas, mas procura mostrar como muitos estudos já foram realizados e que, portanto, já são referências para uma reflexão e prática.

A Psicologia do Esporte, como área de atuação acadêmica, tem ainda um longo caminho a percorrer desde que se iniciou nos anos 60. Certamente, neste

período acumulou-se muita informação sobre indivíduos e grupos que praticam esporte ou atividade física sem que isso implique em conclusões ou respostas irrefutáveis. Sei que no âmbito da psicologia, no Brasil, essa discussão é ainda mais nova, tanto do ponto de vista do interesse como da produção, o que aumenta a necessidade de ampliarmos a discussão e formamos pessoas para uma atuação bem preparada como já temos em outras áreas da Psicologia.

Falar de Psicologia do Esporte significa falar de uma área em construção que soma conhecimento de dois grandes campos – a Psicologia e o Esporte – e tanto uma como outra não apresentam uma concórdia em seus pontos de vista, e têm uma gama imensa de objetos de estudo e pesquisa. O reflexo disso é que, como psicóloga, aprendi ser imprescindível adentrar esse mundo do esporte, conhecendo as modalidades, o fenômeno e as instituições esportivas para poder pensar numa prática. Espero que esse texto tenha mostrado que a prática clínica, pura e simples, é insuficiente para uma intervenção nesse campo e quanto mais estivermos abertos para o entendimento da psicodinâmica de atletas e grupos esportivos, mais estaremos contribuindo para a construção da área tanto no que se refere à atuação como à pesquisa.

Referências bibliográficas

- Andrade, D. R. (1986). O grupo como o entende Bauleo. Em: G. Baremlitt, (org). *Grupos: teoria e técnicas*. Rio de Janeiro, Graal.
- Bracht, V. (1995). As ciências do esporte no Brasil. Em: A. Ferreira Neto; S. V. Goellner e V. Bracht (orgs). *As ciências do esporte no Brasil*. Campinas: Autores Associados.
- Brandão, M. R. (1995). Psicologia do Esporte. Em: A. Ferreira Neto; S. V. Goellner e V. Bracht (orgs). *As ciências do esporte no Brasil*. Campinas: Autores Associados.
- Brandão, M. R. F. e Matsudo, V. K. R. (1990). Stress, emoção e exercício. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 4 (4), 95-99.

- Brawley, L. R. e Roberts, G. C. (1984). Attributions in sport: research foundations, characteristics and limitations. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological Foundations of Sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 15, 245-266.
- Carron, A. V. (1988). *Group dynamics in sport*. London: Spodym.
- Dauids, K. e Gill, A. (1995). Multidimensional state anxiety prior different levels of sport competition: some problems simulation tasks. *International Journal of Sport Psychology*. 26(3): 359-382.
- De Rose Jr., D. (1992). História e evolução da psicologia do esporte. *Revista Paulista de Educação Física*. São Paulo, 6(2): 73-78, jul/dez.
- Fisher, A. C. (1984). New directions in sport personality research. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological Foundations of Sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Gill, D. L. (1988). Cohesion and performance in sport groups. Em: R. S. Hutton (ed). *Exercise and sport sciences reviews*. Vol 5. Santa Barbara: Journal Publishing Affiliates.
- Gould, D. e Krane, V. (1992). The arousal-athletic performance relationship: current status and future directions. Em: T. S. Horn (ed). *Advances in sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Hackfort, D. e Schwenkmezger, P. (1993). Anxiety. Em: R. N. Singer; L. Murphey e K. Tennant, (eds). *Handbook of Research on Sport psychology*. New York, MacMillan.
- Hanrahan, S. e Gallois, C. (1993). Social interactions. Em: R. N. Singer; L. Murphey e K. Tennant, (eds). *Handbook of Research on Sport Psychology*. New York, MacMillan, pp. 623-46.
- Loy, J. W. e Jackson, S. J. (1990). A typology of group and a theory of their effects on patterns of leadership recruitment within sport organizations. Em: L. V. Velden e J. H. Humphrey, (eds). *Psychology and sociology of sport*. New York, AMS Press, pp. 93-114.
- Lsyk, J. J. (1998). *Developing Sport Psychology Within Your Clinical Practice*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Machado, A. A. (1997). Psicologia do esporte: sua história. Em: A. A. Machado (org). *Psicologia do Esporte*. Jundiaí: Ápice.
- Martens, R. (1977). *Sport competition anxiety test*. Champaign: Human Kinetics.
- Martens, R. (1987). *Coaches Guide to Sport Psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Martens, R.; Vealley, R. S. e Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Messias, A. M. e Pelosi, A. C. B. A. M. (1997). A relação entre personalidade e a prática esportiva. Em: A. A. Machado (org). *Psicologia do Esporte*. Jundiaí: Ápice.
- Pichon-Rivière, H. (1991). *O Processo Grupal*. São Paulo, Martins Fontes.
- Rioux, G. e Chappuis, R. (1972). *Elementos de Psicopedagogia Deportiva*. Valladolid, Editorial Minón.
- Rubio, K. (1998). *Et, niat, niatat. Sobre o Processo de formação de Vínculo em uma Equipe Esportiva*. Dissertação (Mestrado) – Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo.
- Rubio, K. e Simões, A. C. (1998). Uma análise das relações interpessoais em uma equipe esportiva. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. 19 (03) pp. 60-70.
- Russel, G. W. (1993). *The Social Psychology of Sport*. New York: Springer-Verlag.
- Sage, G. H. (1977). *Introduction to motor behavior: a neuropsychological approach*. Reading: Addison-Wesley.
- Samulski, D. (1992). *Psicologia do Esporte*. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG.
- Silva, J. M. (1984). Personality and sport performance: controversy and challenge. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological foundations of sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Singer, R. N. (1988). *Sport Psychology*. Michigan: McNaughton and Gunn.
- Sonstroem, R. J. (1984). An overview of anxiety in sport. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological foundations of sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Spielberg, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. Em: C. D. Spielberg (ed). *Anxiety: Current Trends in Theory and Research*. New York: Academic.

- Vealey, R. S. (1992). Personality and sport: a comprehensive view. Em: T. S. Horn (ed). *Advances in Sport Psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S. (1984). The relationship between extrinsic rewards and intrinsic motivation in sport. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological foundations of sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S. e Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Weiss, M. R. e Chaumeton, N. (1992). Motivational orientations in sport. Em: T. S. Horn (ed). *Advances in sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Widmeyer, W. N.; Carron, A. V. e Braeley, L. R. (1993). Group cohesion in sport and exercise. Em: R. N. Singer; M. Murphey e L. K. Tennant, (eds). *Handbook of Research on Sport Psychology*. New York, MacMillan, pp.672-94.
- Widmeyer, W. N.; Brawley, L. R. e Carron, A. V. (1992). Group dynamics in sport. Em: T. S. Horn (ed). *Advances in Sport Psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Wiggins, D. K. (1984). The history of psychology of sport in North America. Em: J. M. Silva e R. Weinberg (ed). *Psychological foundations of sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Willians, J. M. e Straub, W. F. (1991). Psicología del Deporte: pasado, presente, futuro. Em: J. M. Willians (org.). *Psicología Aplicada al Deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.