

Maria Celina Ferreira Goedert
Ana Karla Silva Soares

ESPORTES FÍSICO E ELETRÔNICO:

NOÇÕES BÁSICAS E
APLICAÇÕES NA PSICOLOGIA



 editora
UFMS



ESPORTES FÍSICO E ELETRÔNICO:

NOÇÕES BÁSICAS E
APLICAÇÕES NA PSICOLOGIA





**UNIVERSIDADE FEDERAL
DE MATO GROSSO DO SUL**

Reitor

Marcelo Augusto Santos Turine

Vice-Reitora

Camila Celeste Brandão Ferreira Ítavo

Obra aprovada pelo

CONSELHO EDITORIAL DA UFMS
RESOLUÇÃO Nº 133-COED/AGECOM/UFMS,
DE 30 DE AGOSTO DE 2022.

Conselho Editorial

Rose Mara Pinheiro (presidente)
Adriane Angélica Farias Santos Lopes de Queiroz
Ana Rita Coimbra Mota-Castro
Andrés Batista Cheung
Alessandra Regina Borgo
Delasnieve Miranda Daspert de Souza
Elizabete Aparecida Marques
Geraldo Alves Damasceno Junior
Maria Lígia Rodrigues Macedo
William Teixeira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Diretoria de Bibliotecas – UFMS, Campo Grande, MS, Brasil)

Esportes físico e eletrônico [recurso eletrônico] : noções básicas e aplicações na Psicologia /
autoras, Maria Celina Ferreira Goedert, Ana Karla Silva Soares - Campo Grande, MS:
Ed. UFMS, 2022.
102 p. : il.

Dados de acesso: <https://repositorio.ufms.br>
Inclui bibliografias.
ISBN 978-65-89995-35-7

1. Esportes – Aspectos psicológicos. 2. Ciências do esporte. 3. Educação física. I. Goedert, Maria
Celina Ferreira. II. Soares, Ana Karla Silva.

CDD (23) 796.019

Bibliotecária responsável: Tânia Regina de Brito – CRB 1/2.395

Maria Celina Ferreira Goedert
Ana Karla Silva Soares

ESPORTES FÍSICO
E ELETRÔNICO:
NOÇÕES BÁSICAS
E APLICAÇÕES
NA PSICOLOGIA

Campo Grande - MS
2022



© das autoras:

Maria Celina Ferreira Goedert
Ana Karla Silva Soares

1ª edição: 2022

Projeto Gráfico, Edição Eletrônica

TIS Publicidade e Propaganda

Revisão

A revisão linguística e ortográfica
é de responsabilidade dos autores

A grafia desta obra foi atualizada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa, de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 1º de janeiro de 2009.

Direitos exclusivos para esta edição



Secretaria da Editora UFMS - SEDIT/AGECOM/UFMS

Av. Costa e Silva, s/n° - Bairro Universitário
Campo Grande - MS, 79070-900
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Fone: (67) 3345-7203
e-mail: sedit.agecom@ufms.br

Editora associada à



ISBN: ISBN: 978-65-89995-35-7

Versão digital: Setembro de 2022.



Este livro está sob a licença Creative Commons, que segue o princípio do acesso público à informação. O livro pode ser compartilhado desde que atribuídos os devidos créditos de autoria. Não é permitida nenhuma forma de alteração ou a sua utilização para fins comerciais. br.creativecommons.org

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| APRESENTAÇÃO | 7 |
| 1 PSICOLOGIA DO ESPORTE..... | 10 |
| 1.1 Fundamentos históricos do esporte | 12 |
| 1.1.1 Concepções iniciais do esporte e o surgimento do esporte moderno | |
| 1.1.2 Esporte contemporâneo e política | |
| 1.1.3 Mulheres no esporte | |
| 1.2 Primeiros passos da Psicologia do Esporte | 22 |
| 1.2.1 O início da Psicologia do Esporte no mundo | |
| 1.2.2 O que é Psicologia do Esporte? | |
| 1.2.3 A Psicologia do Esporte no Brasil | |
| 1.3 Conceitos e definições..... | 35 |
| 1.3.1 Esportes individuais e coletivos | |
| 1.3.2 Competição esportiva | |
| 1.3.3 Motivação | |
| 1.3.4 Regulação emocional | |
| 1.3.5 Preparação Psicológica | |

| | |
|--|-----|
| 2 O ESPORTE E SUAS CONCEPÇÕES | 52 |
| 2.1 O que é esporte físico? | 53 |
| 2.1.1 Esporte, exercício ou atividade física? | |
| 2.1.2 Iniciação esportiva | |
| 2.1.3 Do aspecto físico ao mental | |
| 2.1.4 Esporte físico e a tecnologia | |
| 2.2 O que é esporte eletrônico? | 61 |
| 2.2.1 O início de uma nova era: a história do videogame | |
| 2.2.2 Esporte eletrônico, videogame e jogos online | |
| | |
| 3 APLICAÇÕES E DIREÇÕES FUTURAS | 75 |
| 3.1 Esporte eletrônico: prática e profissão | 75 |
| 3.2 O esporte enquanto campo de pesquisa em Psicologia | 80 |
| 3.2.1 League of Legends, valores humanos e personalidade | |
| 3.2.2 Saúde e bem-estar no esporte coletivo | |
| 3.3 Esporte enquanto campo de intervenção em Psicologia | 87 |
| 3.4 Os primeiros passos na Psicologia do Esporte – relato pessoal de experiências profissionais | 88 |
| | |
| REFERÊNCIAS | 92 |
| | |
| SOBRE AS AUTORAS | 101 |

APRESENTAÇÃO

Professora Dra. Marina Pereira Gonçalves
Universidade Federal do Vale do São Francisco (Univasf)

No ano em que tivemos uma edição dos Jogos Olímpicos adiada por conta da pandemia causada pela covid-19, a realização dos jogos, mesmo diante de tal crise sanitária, mostrou o poder que o esporte exerce em todo o mundo. Pessoas de diferentes nacionalidades acompanharam as competições olímpicas como forma, principalmente, de entretenimento, para ajudá-las a seguir adiante mesmo expostas a dor, luto e problemas socioeconômicos. Ver os atletas de seus países sendo vitoriosos, parecia naquele momento ser uma centelha de esperança de dias melhores.

Nesse sentido, esta obra se apresenta como de extrema relevância, pois falar de esporte e do lugar que a Psicologia deve ocupar no cenário esportivo, se faz cada vez mais necessário, afinal, nunca se falou tanto em saúde mental dos atletas como nos últimos jogos, e nem se falou tanto do papel das atividades esportivas na melhoria da saúde mental das pessoas, como agora na pandemia da covid-19.

As autoras, com uma linguagem acessível e didática, levam o leitor a “passar” pela constituição do Esporte como o conhecemos hoje e pela Psicologia do Esporte, trazendo desde seus aspectos históricos, conceituais, até a relação entre esporte e sociedade.

O primeiro capítulo, inicialmente nos faz viajar no tempo, indicando como o esporte sempre fez parte da vida humana, mesmo antes do surgimento das sociedades modernas, já que o movimento corporal era necessário para a própria sobrevivência da espécie. As autoras relatam como o desenvolvimento do esporte é atrelado a fatores socioeconômicos de cada época, nos fazendo refletir sobre antigas questões, mas

que infelizmente ainda são tão atuais, como gênero, racismo e elitismo no contexto esportivo. Contextualizando historicamente o surgimento das competições esportivas e da profissionalização do esporte, as autoras discutem sobre o papel dos patrocinadores, do lucro e da transformação do esporte enquanto uma profissão para muitos atletas. Finalmente, o histórico da participação das mulheres no esporte é enfatizado, mostrando a preocupação das autoras com questões sensíveis e atuais que precisam ser exploradas por pesquisadores e levadas em consideração por profissionais que atuam na área esportiva.

Ainda no primeiro capítulo, é apresentado o percurso histórico da Psicologia do Esporte até se tornar uma área reconhecida, onde se discute seu lugar enquanto uma subárea das chamadas Ciências do esporte, mas enfatizando-se a importância de esta ser considerada e abordada como uma área da Psicologia com suas inúmeras especificidades. Nessa perspectiva a definição de Psicologia do Esporte é apresentada, bem como seu objetivo e suas principais áreas de atuação. Dando continuidade, a Psicologia do Esporte é discutida no contexto brasileiro, por entender que o esporte não acontece dissociado do meio social, podendo haver particularidades inerentes a cada cultura. Por último, diante de uma série de conceitos possíveis no âmbito da Psicologia do Esporte, as autoras elencam algumas que podem ser tema de maior interesse tanto de pesquisa, quanto de intervenção na área, tais como: esportes individuais e coletivos, competições esportivas, motivação, regulação emocional e preparação psicológica.

No segundo capítulo são apresentadas ao leitor de forma bastante didática as principais semelhanças e diferenças entre esporte físico e esporte eletrônico, bem como sua contextualização para a Psicologia do Esporte. Ao abordar o esporte físico, este é definido enquanto diferente de exercícios físicos e atividades físicas, além de apontar por meio da diversidade esportiva como os aspectos psicológicos podem ser enfatizados e trabalhos de diferentes maneiras dependendo do tipo de esporte.

Quanto ao esporte eletrônico, é levantada a reflexão de que apesar dos *eSports* não possuírem desempenho estritamente físico, sua crescente inserção na mídia e em clubes de esportes físicos tradicionais os tem tratado como esportes. Nesse sentido, essa obra possui, sobretudo, um diferencial em relação a outros livros sobre esporte e Psicologia do Esporte, os quais em sua maioria ainda não apresentam os *eSports* como pertencentes ao contexto esportivo. Portanto, aqueles interessados em aprender sobre esportes eletrônicos poderão conhecer muito desse universo com essa obra, a qual aponta diferenças entre esporte eletrônico, videogame e jogos online, por exemplo.

O último capítulo é dedicado a apresentar perspectivas de prática e profissão dos *eSports*, levando o leitor a refletir e desmistificar algumas visões negativas comumente relacionadas aos esportes eletrônicos. Em seguida são apontadas uma série de pesquisas em Psicologia do Esporte com ênfase nos esportes eletrônicos, demonstrando diversas possibilidades de investigação desse fenômeno a partir de diferentes variáveis psicológicas, como traços de personalidade, valores humanos, entre outros. Finalmente, esta obra se encerra com a apresentação da trajetória de uma das autoras no ingresso na Psicologia do Esporte, a fim de servir de base para estudantes de psicologia ou profissionais psicólogos interessados em iniciar uma atuação nessa área.

De modo geral, esta produção será de muita relevância para área da Psicologia do Esporte, pois com linguagem acessível, levará os futuros leitores a terem um panorama geral da Psicologia do Esporte e, mais especificamente, dos *eSports*, podendo fomentar tanto futuras pesquisas nessa área, quanto incentivar futuros psicólogos do esporte a atuarem com *eSports*.

1 PSICOLOGIA DO ESPORTE

Ao mencionar a Psicologia do Esporte para pessoas num âmbito geral, nota-se que existem duas categorias de respostas que comumente aparecem para esse tema. A primeira, consiste em pessoas que estão inseridas diretamente na área esportiva, sejam profissionais ou praticantes, que prontamente dizem já terem ouvido falar sobre e mencionam com empolgação assuntos e notícias relacionados à Psicologia do Esporte. Já a segunda, contempla todos que nunca sequer ouviram falar dessa junção de áreas, mas que logo após ter o contato inicial já verbalizam “Nossa, faz sentido mesmo!”.

Quando se trata de uma atividade comumente relacionada ao uso do corpo, automaticamente vem à mente as condições físicas que contemplam a prática esportiva. São observadas as características corporais, o desempenho físico, a intensidade de treino e o planejamento de sua execução em si, frequentemente atribuindo-se bons resultados à boa execução de tais aspectos.

No entanto, aqueles que tiveram contato com a área esportiva são capazes de relatar com maior facilidade a importância de investigar o que está para além do movimento corporal. Desde atletas, que percebem em si mesmos um fator a mais que influencia em sua performance esportiva, até pessoas envolvidas no esporte profissionalmente (treinadores, fisioterapeutas ou auxiliares técnicos) ou casualmente (familiares e torcedores), notam que questões subjetivas além do treinamento físico e de dimensões fisiológicas influenciam o desempenho e saúde dos atletas.

Esse “algo a mais” que impulsiona ou modifica o desempenho do atleta sem vínculo explícito com dimensões objetivas ficou por muito tempo no campo da abstração, sem ter uma nomeação específica. Por vezes, esse aspecto abstrato foi definido como elementos místicos de sorte, acaso

ou até mesmo produto de comportamentos supersticiosos, sem apresentar conceitos objetivos que conseguissem explicar estas questões em detalhes.

Atualmente, ainda que em um contexto leigo, já se escuta a frase “o jogador não está com a cabeça no jogo” e, com certa frequência, alguns comentários generalizados sobre o “psicológico do jogador”. Aproximando-se um pouco mais da prática psicológica, é possível identificar comentários indicando a importância de uma “preparação mental”, associada também a um olhar de saúde e bem-estar do sujeito que está por trás da prática esportiva.

No âmbito científico e profissional, pesquisas têm avançado em direção a essa explicação conceitual dos atributos psicológicos envolvidos na prática esportiva. Entretanto, por mais que o conhecimento esteja sendo sistematizado no campo histórico e teórico, a prática da área evolui a passos largos, adaptando estratégias de intervenção a situações novas e buscando atender diversas demandas que surgem no cenário global, tornando-se necessário desenvolver, atualizar e ampliar conceituações que abarquem a Psicologia do Esporte como um campo de estudo da Psicologia.

Para contemplar essa movimentação da melhor forma, é essencial unificar o conhecimento já construído, dando caminho a uma ampla diversidade de conceitos a serem formulados e estruturados a partir de um embasamento comum, que reúne aquilo que já está posto no meio esportivo da Psicologia. Ter acesso aos preceitos históricos, teóricos e práticos é fundamental para situar em que campo de conhecimento essa área se encontra.

Partindo dessa demanda, este livro busca apresentar progressivamente fundamentos básicos, conceitos mais complexos e estudos atuais desenvolvidos neste âmbito do conhecimento. Assim, discutiremos a seguir as concepções iniciais que foram propostas para definir o fenômeno do esporte e a vivência esportiva, juntamente com sua futura nomeação e regulamentação nos dias atuais.

1.1 Fundamentos históricos do esporte

O esporte, da forma como conhecemos hoje, é resultado de um amplo processo evolutivo, perpassando historicamente culturas e concepções distintas. Popularmente difundido e entendido enquanto sinônimo de saúde e qualidade de vida, o esporte também é lembrado por seu aspecto interativo, seja no lazer ou em competições amadoras, como campeonatos universitários ou jogos interescolares, e profissionais, como Copa do Mundo ou Olimpíadas.

No entanto, antes mesmo de ter regulamentações e diferentes modos de ser praticado, o esporte existia enquanto expressão cultural de determinadas sociedades em momentos específicos da história. Assim, trataremos a seguir um panorama cronológico e temporal das denominações de esporte identificadas na literatura.

1.1.1 Concepções iniciais do esporte e o surgimento do esporte moderno

De acordo com Manoel Tubino (1993), que em 1993 descreveu a história esportiva detalhadamente em sua obra *“O que é Esporte”*, o termo esporte sempre esteve presente na humanidade, ainda que sua nomenclatura não tenha sido popularizada antes do século XIV. Variações em diferentes países traziam à tona formas de identificar o esporte em si, bem como diferenciá-lo de outras atividades da sociedade.

Na Itália, a terminologia esporte era designada para atividades em clubes e centro esportivos, enquanto educação física se referia somente ao ambiente escolar. Nos Estados Unidos, na França e na Inglaterra, as nomenclaturas também se diferenciavam de forma similar, definindo especificamente o conceito da prática esportiva. No Brasil, por uma influência de Portugal, por muito tempo adotou-se formalmente a terminologia desporto, porém a literatura utiliza-se do termo esporte com maior frequência nos dias de hoje, seguindo uma tendência internacional.

Aos poucos, o esporte passou a ter como objetivo consolidar-se como um consistente campo da ciência, visto a necessidade de investigar o fenômeno esportivo em sua complexidade, abarcando diversas áreas de conhecimento, como a medicina, a sociologia, a filosofia, a pedagogia e, especificamente, a psicologia. Dessa forma, surge o interesse em organizar sistematicamente os conhecimentos provenientes destas diferentes áreas do conhecimento em uma única denominada Ciência do Esporte.

De modo geral, o preparo físico existe desde a Pré-História, e avançou ao longo dos anos juntamente com os aspectos culturais em vigência em cada povo. Seja para fins de sobrevivência em si, para manter a qualidade física ou para se preparar para guerras, o corpo humano representava um caráter social, fazendo parte do processo cultural de determinada sociedade (TUBINO, 1993).

No entanto, o primeiro registro de uma competição esportiva em caráter organizado foi na Grécia, com a chegada dos Jogos Gregos, incluindo aqui os Jogos Olímpicos. Fundada em 776 a.C. para homenagear Júpiter, a competição movimentava toda a sociedade, sendo apenas os homens autorizados a competir e os escravos a assistir aos jogos, ao passo que mulheres eram proibidas de frequentar o local.

Os Jogos Olímpicos também foram marcados pela seriedade dos atletas frente ao evento competitivo, contando com uma preparação física para os jogos. Aqui, nota-se a importância dada à alimentação e ao corpo como um todo, fatores que se assemelham ao preparo de atletas de alto rendimento nos dias de hoje (TUBINO, 1993).

Passando para o século XIX, é possível contextualizar um importante marco para a história do esporte, com o surgimento do que chamamos de esporte moderno, na Inglaterra. O cenário favorecia a regulamentação e organização do esporte, permeando resquícios da Revolução Industrial, em que a burguesia passava a ascender socialmente,

priorizando as regras da competição esportiva de forma cavalheiresca e respeitosa, termo também conhecido como *fair play* (GALATTI, 2010).

Concomitantemente, a sociedade inglesa passou a aderir fortemente ao esporte, implantando-o também nas escolas para fazer parte da formação das crianças da época. Inicialmente, ainda como uma regalia da elite, o esporte passou a contemplar aos poucos a realidade escolar, sendo institucionalizado e encorajado enquanto forma de educação voltada para a manutenção de regras e virtudes sociais (SOUZA; MARCHI, 2017).

Outro aspecto importante da popularização dos jogos para instituições de ensino se deu no ambiente das universidades. Ainda, por conta de competições entre diferentes cidades que seguiam variações de regras, houve a necessidade da criação de uma regra universal para a prática esportiva.

Da mesma forma, o esporte passou a ser contemplado em “clubes de cavalheiros”, que perpetuavam a atividade após a vivência universitária e atraíam interessados para a prática. Aqui, destaca-se também a importância dada para a universalização das regras, pois o crescimento do esporte demandou a criação de uma forma de fiscalizar tais regimentos de forma imparcial, estipulando-se, por exemplo, a existência de uma arbitragem, de federações e confederações. Esse passo foi fundamental para a internacionalização da estrutura esportiva e de sua aproximação para o conceito que temos hoje (ELIAS; DUNNING, 1992; GALATTI, 2010).

Considerando o contexto de internacionalização que emergia das competições esportivas, em 1896 houve a reinstituição dos Jogos Olímpicos em Atenas, a partir da criação do Comitê Olímpico Internacional dois anos antes. Assim, perpetuou-se o fortalecimento das confederações, das competições entre países e, por consequência, de um movimento de popularização do esporte para além da burguesia inglesa (FERREIRA, 2021).

1.1.2 Esporte contemporâneo e política

Neste momento, a compreensão do esporte passa a evidenciar o conceito esportivo para além dos aspectos comumente abarcados no cotidiano, colocando-o no espectro de formação do sujeito enquanto ser social. De acordo com Galatti (2010, 2018), é possível depreender que um dos aspectos fundamentais do esporte que surge posteriormente ao esporte moderno é a sua necessidade de diversificação. Neste período, o retrato de uma sociedade que aos poucos vislumbrava os poderes de integração e participação proporcionados pela mídia concretizava a popularização do esporte enquanto não apenas uma atividade puramente física, mas também de lazer e pertencimento a determinado grupo.

De modo geral, a partir das criações de regulamentações e federações como forma de oficializar o esporte de maneira internacional, surgiram também novas modalidades, juntamente com adaptações e variações para a prática destas. É dessa forma que, por exemplo, surge a Copa do Mundo de Futebol, em 1930 no Uruguai, como uma forma de permitir que atletas considerados profissionais, excluídos das Olimpíadas, pudessem competir internacionalmente entre si. Esse marco evidencia o momento delicado em que o esporte se encontrava, cercado de um cenário de Guerras Mundiais e da alta politização e rivalidade entre países e potências mundiais (GIGLIO, 2013; GALATTI, 2010).

Ao levar em consideração tal aspecto político, o meio esportivo apresentava-se como uma boa oportunidade de destaque mundial, fazendo com que os países passassem a investir grandemente em seus atletas, seus representantes em competições como as Olimpíadas, como forma de aumentar a visibilidade nacional e fomentar o patriotismo (ROWE, 2016).

No entanto, o amadorismo exigido nessa competição específica fazia com que os países encontrassem formas de diferenciar atletas amado-

res de profissionais, ainda que nem sempre utilizassem critérios honestos para tal. Com esse propósito, surge também paulatinamente a distinção de seleções nacionais e times da liga profissional (GALATTI, 2010).

O crescimento da profissionalização do esporte avança como movimento social e midiático bastante evidente, impulsionando desde transmissões televisivas de competições mundiais até o uso de imagem de atletas em publicidades de patrocinadores. Dessa forma, o esporte passa a ser considerado também um meio de sobrevivência de seus atletas profissionais, a partir do viés financeiro, fazendo com que seu desempenho, sua rotina e sua dedicação fossem utilizadas como exemplos para a sociedade e, assim, eram associados a empresas que buscavam vender determinados produtos.

Conforme todos esses aspectos de regularização e estruturação do esporte e do contexto esportivo como um todo eram criados, é possível estipular um fim da Era Moderna dando espaço à contemporaneidade. Em 1984, o Comitê Olímpico Internacional (COI) reconhece a participação de atletas profissionais em suas competições, além de essa mesma edição ser marcada pela instauração de privatização da gestão do evento, enfatizando o caráter econômico e mercantil do esporte (GIGLIO, 2013).

Esses fatores refletiam a perspectiva multifacetada que o esporte incorporava, propagando-se enquanto um fenômeno social em diferentes níveis. Na medida em que os prêmios em dinheiro passaram a ser cobiçados por atletas profissionais em grandes competições, as pessoas buscavam entretenimento assistindo tais práticas, vivenciando o esporte por meio de torcidas ao seu país, da compra de produtos associados ao seu atleta favorito ou da busca em aplicar o esporte em sua própria rotina de saúde física.

Assim, enquanto no esporte moderno o foco estava em regularizar a prática esportiva, o esporte contemporâneo buscava vivenciá-lo por completo, concebendo-o como um grande espetáculo protagonizado

nizado a nível global. Assim, o significado mais amplamente utilizado do esporte atualmente se consolidou, consistindo na visão de que sua prática é uma vertente orientada e padronizada que permite aos seus praticantes inovar e explorar todos os aspectos inerentes à prática esportiva (GALATTI, 2010).

De acordo com Tubino (1993), em 1978 a Unesco publica a Carta Internacional de Educação Física e Esporte, contendo as diretrizes do esporte enquanto um direito universal, equiparado à saúde e à educação. Tido como referência, tal documento influenciou a noção de que o esporte está para além da prática competitiva de rendimento, podendo se aplicar a outras esferas sociais.

O esporte, então, poderia se manifestar por meio da relação estabelecida com a educação (esporte-educação), que incentiva a participação, integração e cooperação de seus participantes, bem como enquanto esporte participativo (esporte-participação), no qual há uma menor ênfase nas regras e mais no bem-estar e prazer lúdico dos participantes. Por fim, tem-se o esporte-performance, também chamado de rendimento, que por muito tempo representava a ideia do esporte em si, considerando seu caráter competitivo e normatizado (TUBINO, 1993). É nessa última definição que embasaremos nossa concepção de esporte daqui em diante.

A partir dessa contextualização, entende-se que não se trata apenas do fenômeno físico, da competitividade entre os praticantes ou do objetivo de uma determinada modalidade. A presença de fatores sociais e culturais no esporte faz dele um fenômeno social, movimentando a política, a economia e a competição entre potências mundiais, mas também promovendo saúde e aprendizado para aqueles que o praticam.

No entanto, grande parte dessa história normalmente se passa através do olhar do homem social e da forma com que as maiorias sociais ditavam as regras e regimentos de sua civilização. Por esse motivo, trare-

mos a seguir um olhar específico voltado para as mulheres dentro do esporte, dando o devido destaque à trajetória desse grupo em um ambiente em que por muito tempo predominou o culto à virilidade masculina.

1.1.3 Mulheres no esporte

Conforme Rubio e Simões (1999), a inserção das mulheres no esporte perpassa a contextualização social e cultural do fenômeno, permeando a mutabilidade já evidenciada anteriormente acerca do meio esportivo em si. Dessa forma, a presença de mulheres na antiguidade e seu papel social, incluindo aqui o esporte, era um mero reflexo da condição que lhes era apresentada, dependendo então da visão que a sociedade da época tinha frente a elas.

Para os gregos, por exemplo, a mulher não tinha sua cidadania reconhecida, o que a excluía de todos os aspectos da vida pública, incluindo aqui sua ausência na participação ou presença nos Jogos Olímpicos. Em contrapartida, as espartanas eram fortemente incentivadas a não restringirem suas atividades apenas a gerar filhos, despertando interesse em atividades físicas desde cedo.

Ao avançar alguns séculos de predominância da hegemonia masculina e submissão feminina às regras e aos costumes da sociedade, cultura e política, temos o movimento de criação e popularização do esporte em XIX. Neste cenário, esposas de cavalheiros eram bem-vindas nos ambientes de prática e competição, a princípio enquanto acompanhantes e, posteriormente enquanto praticantes de tais atividades, como o boliche, o críquete e o arco e flecha.

Com a retomada dos Jogos Olímpicos, o culto à virilidade e as habilidades físicas masculinas foram ressaltados, colocando em um patamar de desprezo qualquer associação a mulheres e características femi-

ninas da época em conjunto com o contexto esportivo. Foi somente em 1896 que foi autorizada a presença de mulheres na competição enquanto espectadoras e, em somente 1900, oficializou-se a participação formal destas enquanto competidoras (GIGLIO *et al.*, 2018).

No entanto, tal participação estava submetida apenas a duas modalidades consideradas delicadas e compatíveis com a feminilidade de uma mulher, o golfe e o tênis. Em 1912, as mulheres conquistam o direito de participar da modalidade de natação, seguindo para um aumento progressivo das modalidades permitidas ao longo das edições posteriores da competição (DI PIERRO, 2007).

Ressalta-se aqui que a participação das mulheres no meio competitivo por muitas vezes não era passível de ser equiparada à dos homens, visto que a preparação e o incentivo eram distribuídos de forma desigual. Ainda que elas marcassem presença nas edições, seja por sua presença ou pela quebra de recordes masculinos, o fenômeno esportivo na competição dependia da forma com que cada país e sua delegação representavam as mulheres em suas respectivas culturas e sociedades.

No Brasil, o movimento esportivo chega por meio dos imigrantes, difundindo a prática entre famílias da elite do país, e sendo popularizado após o fim da escravatura, no final do século XIX. Neste cenário de resquícios de desigualdade, as mulheres vivenciavam dilemas sociais intensos, lutando por sua inclusão na sociedade patriarcal da época, pois o esporte representava uma cultura da hegemonia masculina por muitos anos (RUBIO *et al.*, 2016).

Foi somente em 1932 que as mulheres passaram a receber direito ao voto no Brasil, coincidindo com o ano em que a brasileira Maria Lenk se tornou a primeira mulher da América do Sul a competir nas Olimpíadas. Nas edições seguintes do evento competitivo, a participação das mulheres apresentava-se em pequenos números, em modalidades individuais como natação e atletismo.

Ao final da década de 70, o Brasil saía de um regime militar e o Decreto-Lei 3.199 (1979), que permitia a participação de mulheres apenas em esportes que eram “compatíveis com sua natureza” era revogado. A partir de então, nota-se que houve um aumento gradual da participação das mulheres nas Olimpíadas, ainda que em grande disparidade com a presença masculina na delegação brasileira da competição (DI PIERRO, 2007).

Em 1990, o esporte passa a ser profissionalizado, dando oportunidade para que as mulheres passassem a vivenciar a prática com autonomia e remuneração. Outro marco importante ocorreu no ano de 1996, em que atletas de modalidades coletivas femininas – o vôlei, o vôlei de praia e o basquete – conquistaram medalhas inéditas para a delegação brasileira, representando as primeiras mulheres medalhistas para o país.

Embora nas Olimpíadas seguintes as mulheres desempenhassem papéis de destaque na competição, como na edição de Pequim em 2008 em que 48% da delegação brasileira era representada por elas, a falta de visibilidade das atletas na mídia, em patrocínios ou até mesmo em posições de liderança refletem a dificuldade de inserção desse grupo no esporte brasileiro (RUBIO; VELOSO, 2019).

De modo geral, a presença das mulheres no esporte e em competições esportivas mundialmente reconhecidas é perpassada por momentos de luta e enfrentamento da condição restrita a que lhes era imposta tanto no âmbito social quanto cultural e político. Tal reflexo pode ser observado até os dias atuais, em que fenômenos específicos de cada cultura e de cada sociedade acabam por interferir e influenciar na forma que as mulheres vivenciam o contexto do esporte.

Recentemente, nas Olimpíadas de Tóquio 2020, que foram adiadas para julho de 2021 por conta do contexto de pandemia da covid-19, algumas situações acerca desta temática puderam ser observadas. É o

caso das atletas de handebol de areia da Noruega, que foram multadas por não utilizarem o biquíni como uniforme para competir. Mesmo solicitando antecipadamente a alteração no uniforme, de um biquíni para um short, a federação europeia de handebol negou o pedido, tendo como motivação que tal ato se configurava enquanto uma violação das regras da modalidade, aplicando ainda uma multa de 150 euros por jogadora.

Na mesma edição do evento, na ginástica artística, foi a seleção da Alemanha que mostrou um posicionamento de enfrentamento aos padrões de vestimenta da modalidade, optando por utilizar um *collant* inteiramente coberto, nos braços e pernas. A alteração visava enfatizar a luta contra a sexualização das atletas, alegando que estas deveriam ter o poder de decidir qual o uniforme que as deixava mais confortáveis para competir.

Na ginástica rítmica, as representantes do Azerbaijão optaram por vestir uniforme inteiramente preto, em contraste com as cores coloridas normalmente vistas nessa modalidade, em sinal de luto. O protesto tem como fundamento chamar a atenção do mundo para o conflito armado entre o país e a Armênia, que disputam um território da região desde a década de 90, e que mesmo em 2020 ainda conta com milhares de mortes.

Na edição sediada no Rio de Janeiro, em 2016, uma partida de vôlei de areia entre Alemanha e Egito chamou a atenção dos noticiários. De um lado, atletas usando biquíni, uniforme feminino previsto pela federação da modalidade, ao passo que do outro lado a dupla utilizava um *hijab*, vestimenta para muçulmanas associada à religião islâmica. No futebol, por exemplo, foi somente em 2014 que a FIFA permitiu o uso do *hijab* enquanto uniforme para as atletas.

Com tais exemplos, é possível demonstrar que a presença das mulheres no esporte não é somente uma questão da atividade exercida em si. Cada vez mais utilizam desse contexto para enfatizar suas lutas, demonstrar distinções injustas em suas culturas ou países e, ainda, colocar a

prova regras esportivas antigas desadaptadas para o contexto atual que é contrário a posicionamentos de natureza machista, misógina e desigual.

Após fazer um retrospecto da história do esporte desde sua definição inicial até as conceituações atuais, observa-se que o contexto esportivo não envolve meramente uma atividade a ser exercida. Por se tratar de um fenômeno que perpassa o meio social e cultural historicamente, é importante incorporar a temática a diferentes áreas do conhecimento, capazes de investigar de que forma o esporte pode ser aprimorado em prol de seus benefícios para aqueles que o praticam. Deste modo, visando sua aproximação com a ciência psicológica, é inevitável o questionamento: a partir de quais elementos seria possível pensar uma atuação específica da Psicologia no contexto esportivo?

1.2 Primeiros passos da Psicologia do Esporte

Com início pautado na ideia de compreender aspectos que estão para além do que é físico, a Psicologia de modo geral perpassa diversos contextos, autores e teorias para avançar até a ciência que temos hoje. Considerando esse caminho percorrido, é possível enfatizar as palavras de Silvia Lane (1981, p. 7), que descrevera objetivamente a Psicologia como um todo, contemplando as perspectivas que existiam até então:

Sem entrarmos na análise das diferentes teorias psicológicas, podemos dizer que a Psicologia é a ciência que estuda o comportamento, principalmente, do ser humano. As divergências teóricas se refletem no que consideram 'comportamento', porém para nós bastaria dizer que é toda e qualquer ação, seja a reflexa (no limiar entre a psicologia e a fisiologia), sejam os comportamentos considerados conscientes que envolvem experiências, conhecimentos, pensamentos e ações intencionais, e, num plano não observável diretamente, o inconsciente.

Neste sentido, a autora defende um olhar para o todo histórico e social que contemplava o sujeito, e aponta que, na Psicologia, havia um interesse em identificar particularidades dos indivíduos, ao passo que concomitantemente buscava-se por leis gerais, capazes de descrevê-los. De modo geral, tal perspectiva enfatiza o entendimento desses fatores enquanto fundamentais para entender o sujeito.

Outro importante autor da Psicologia Social, Aroldo Rodrigues, “define a área como sendo o estudo científico da influência recíproca entre as pessoas e dos processos cognitivo e afetivo gerados por esta interação” (RODRIGUES; ASSMAR; JABLONSKI, 2012, p. 14). Estas ações recíprocas afetam de alguma forma os pensamentos, emoções e comportamentos de indivíduos, auxiliando na compreensão da forma como as pessoas interagem e as consequências cognitivas, comportamentais e afetivas. Estes fatores são aspectos fortemente vinculados à prática esportiva.

Assim, quando consideramos um cenário mundial, há a tendência de priorizar o entendimento de fatores internos e de desempenho no cenário esportivo, visando o rendimento na atividade e formas de aprimorá-lo individualmente ou em equipes. Concomitantemente, alguns pesquisadores refletiam a importância de conseguir ampliar o conhecimento da Psicologia do Esporte, não somente enquanto ferramenta competitiva, mas também enquanto conhecimento científico.

Neste sentido, ao aproximar tais perspectivas do âmbito esportivo, podemos depreender que inicialmente a Psicologia do Esporte percorreria um caminho que oscilava de forma similar entre essas ideias, transitando do particular e do social. De certa forma, é possível associar os direcionamentos psicológicos à preocupação que se criou em não somente fazer experimentos e desenvolver técnicas em contextos específicos, mas também estabelecer uma forma de divulgar e aprimorar tal conhecimento.

Com o objetivo de investigar elementos comuns à Psicologia, mas orientando-os para o contexto esportivo e suas peculiaridades, os profis-

sionais que atuam na prática ou na pesquisa da Psicologia do Esporte têm caminhado em direção ao crescimento teórico e metodológico da área.

Embora sua definição seja abarcada por diferentes autores, torna-se imprescindível entender, primeiramente, quais as origens de tais pensamentos e discussões. Considerando que o esporte se apresenta enquanto fenômeno multifacetado, social e culturalmente vivenciado por seus praticantes, é preciso trazer à tona os entrelaces que possibilitaram o surgimento de teorias e explicações do fenômeno esportivo pelo olhar da Psicologia, levando em conta diferentes culturas, contextos sociais e períodos históricos. A seguir, apresenta-se uma perspectiva histórica da construção da Psicologia do Esporte e dos principais autores que a compuseram no âmbito nacional e internacional.

1.2.1 O início da Psicologia do Esporte no mundo

Ao conhecer o desenvolvimento do esporte ao longo dos séculos, é possível compreender de que forma este fenômeno está correlacionado com o movimento social de forma ampliada, considerando seus aspectos políticos e econômicos. Da mesma forma, o conhecimento do esporte atrelado à Psicologia teve uma contextualização cronológica ordenada dos fatos que sucederam no desenvolvimento da tal ciência, fazendo com que a análise desses aspectos seja capaz de elucidar de que maneira o conhecimento se originou, evoluiu para questionamentos e chegou os dilemas atualmente debatidos.

Nesta direção, Weinberg e Gould (2016) descrevem que a história da Psicologia do Esporte pode ser dividida em seis períodos, que se interrelacionam para fomentar a construção do que temos hoje como conceituação da área.

O primeiro período (1893-1920) contempla as primeiras aparições de pessoas dispostas a investigar cientificamente os fenômenos es-

portivos e seu impacto social. O interesse estava em explorar algumas formas de aprendizagem e aspectos psicológicos, ainda que não possuíssem formação específica na área, sendo contemplada por educadores físicos e psicólogos que investigavam a temática. Destacam-se pesquisadores que iniciaram estas análises, a exemplo do Norman Triplett (1898), que estudou o desempenho de ciclistas profissionais na prática isolada e com competidores e identificou que na presença de outros atletas estes apresentavam melhor desempenho e Edward Wheeler Scripture (em 1899), que investigou a relação entre o tempo de reação e o movimento muscular em atletas de esgrima e na forma como a personalidade poderia ser beneficiada pela prática esportiva (DE ROSE JUNIOR, 1992).

O segundo período (1921-1938) consiste no impulsionamento de pesquisas e instrumentos de mensuração psicológica para avaliar praticantes de esportes, juntamente com a criação de laboratórios em diversos países, incluindo os Estados Unidos (EUA). Destaca-se o nome de Coleman Griffith, considerado o pai da Psicologia do Esporte nos EUA, responsável pelo primeiro laboratório de Psicologia Esportiva no Estado de Illinois, bem como pelas primeiras publicações sobre pesquisas na área: *Psychology of Coaching* e *Psychology of Athletics* (WEINBERG; GOULD, 2016).

O terceiro período (1939-1965) é caracterizado pela entrada de profissionais e pesquisadores nas universidades, contribuindo assim para o início do desenvolvimento científico da Psicologia do Esporte. Alguns autores podem ser enfatizados neste período, a exemplo de Franklin Henry, que se dedicou a estudar dimensões psicológicas e habilidades motoras e esportivas, sendo responsável pela abertura do programa de graduação da atividade física na Universidade da Califórnia. Já Dorothy Hazeltine Yates, por volta de 1943, uma das primeiras mulheres a pesquisar e atuar na área, destacou-se por sua contribuição na temática de controle das emoções, ansiedade e aspectos mentais no esporte e suas pesquisas com lutadores de boxe (NAKANO; PEIXOTO, 2020). Ainda, ressalta-se Fer-

ruccio Antonelli, no ano de 1965, que organizou o primeiro Congresso Mundial de Psicologia do Esporte em Roma, marco da criação da Sociedade Internacional da Psicologia do Esporte (RUBIO, 2000).

No quarto período (1966-1977), tem-se indícios da criação da chamada Ciências do Esporte, incluindo assim a Psicologia como componente de tal disciplina. Os estudos da fase indicavam um direcionamento para fatores psicológicos similares aos que temos hoje, como ansiedade e personalidade, e sua influência no desenvolvimento do sujeito que pratica o esporte. Foi neste momento da história que Bruce Ogilvie passou a representar o pioneirismo da Psicologia do Esporte aplicada, atuando com atletas e equipes esportivas.

Já no quinto período (1978-2000), destaca-se a difusão da Psicologia do Esporte ao redor do mundo como uma área dedicada da Psicologia em si, recebendo atenção de profissionais e universidades, além das entidades esportivas, que passaram a reconhecer esta atuação da Psicologia. Neste momento, revistas científicas específicas sobre o tema eram criadas para difundir o conhecimento, além de equipes olímpicas registrarem os primeiros profissionais acompanhando oficialmente as delegações esportivas. Ainda, em 1987, a Sociedade Americana de Psicologia (APA) cria sua divisão específica para a Psicologia do Esporte.

Por fim, no sexto e último período, que compreende desde o ano de 2001 até os dias atuais, temos a popularização da Psicologia contemporânea do Esporte e do Exercício. Neste momento, a importância de investigar o bem-estar físico aliado ao psicológico torna-se uma realidade para diversas universidades e instituições, fomentando conferências, publicações e propostas de intervenções pautadas na aplicação da Psicologia do Esporte em seus mais variados contextos.

Dessa forma, observa-se que a atenção de pessoas envolvidas no processo da construção da Psicologia do Esporte ao longo dos anos está,

de maneira geral, voltada para compreender o fenômeno como um todo e não de forma restritiva. Por ter início em áreas que não necessariamente compreendiam a Psicologia, acumulou-se o interesse advindo de diferentes enfoques teóricos para chegar nas discussões e intervenções que temos como enfoque atualmente.

Tal ideia de multidisciplinaridade vai ao encontro do que já se tem de reconhecimento frente aos estudos do esporte, ou seja, contemplando assim a chamada Ciência do Esporte.

De modo geral, a Ciência do Esporte pode ser definida enquanto o caminho científico que guia e orienta a prática esportiva, promovendo o seu melhor desempenho por meio de evidências científicas (BISHOP, 2008). Alguns exemplos de campos do conhecimento que pertencem a essa ciência são: a medicina, a sociologia, a história, a filosofia e a psicologia. Além de elementos associados a estas áreas, como a biologia celular, a saúde coletiva, a gestão e a administração, além do marketing e da consultoria.

Embora existam cursos de formação reconhecidos para a Ciência do Esporte, com o objetivo de integrar conceitos das diferentes áreas que a compõem, não se identifica um consenso sobre quais são especificamente tais conceitos, podendo sofrer variações de acordo com a proposta da instituição que os oferta.

A ideia de concentrar e integrar conhecimentos acerca da performance esportiva humana por meio de disciplinas distintas, visando encontrar explicações que se interligam e descrevem um grande fenômeno do esporte, é considerada um objetivo comum das áreas que compõem a Ciência do Esporte. No entanto, uma das críticas que se faz a esse conceito unificado de ciências é que dificilmente serão abarcados de forma completa e detalhada conceituações de cada área, considerando que estes evoluem constantemente e precisam ser revisitados com frequência (BALAGUÉ *et al.*, 2016).

Dessa forma, seguiremos a partir daqui com a noção de Psicologia do Esporte enquanto área denominada da Psicologia, de modo a elucidar os aspectos pertinentes envolvidos na construção histórica, na noção de sujeito e na ética vinculada à Psicologia. Assim, é a partir dessa ciência que embasaremos as discussões, tanto no contexto teórico e de pesquisa, quanto nas intervenções práticas.

1.2.2 O que é Psicologia do Esporte?

A partir de então, consideremos a parcela que corresponde especificamente à Psicologia, separada de sua visão contemplada enquanto parte integrante da Ciência do Esporte. Pensando de forma mais direta, temos duas formas diferentes de interpretar e de responder à pergunta “O que é a Psicologia do Esporte”, sendo uma de viés mais objetivo e outra com uma perspectiva mais subjetiva.

A primeira, corresponde à resposta que daríamos a uma pessoa que não tem muita afinidade com a área, ou que está em seu primeiro contato com a temática da Psicologia do Esporte. Já a segunda, pressupõe uma discussão e uma reflexão pertinente àqueles que têm como interesse imergir na área de forma mais detalhada, visando ampliar as definições tradicionais e elevá-las a uma concepção científica, considerando as particularidades advindas da Psicologia e do Esporte enquanto áreas distintas que se convergem em uma única temática de estudo.

Direcionaremos atenção, em um primeiro momento, ao questionamento mais objetivo, que a maioria dos interessados no assunto buscam incansavelmente responder à primeira vista e pode ser atribuído por alguns autores a partir de suas concepções de Psicologia do Esporte.

Para Rubio (2007, p. 3), “pode-se considerar que a Psicologia do Esporte tenha como meio e fim o estudo do ser humano envolvido com

a prática do exercício, da atividade física e esportiva competitiva e não competitiva”. Tal conhecimento pode incluir “os processos de avaliação, as práticas de intervenção ou a análise do comportamento social que se apresenta na situação esportiva a partir da perspectiva de quem pratica ou assiste ao espetáculo” (RUBIO, 2007, p. 3).

Weinberg e Gould (2016, p. 4) definem a Psicologia do Esporte e do Exercício como “o estudo científico de pessoas e seus comportamentos em atividades esportivas e atividades físicas, e na aplicação prática desse conhecimento”. Dessa forma, os profissionais da área “procuram entender e ajudar atletas de elite, crianças, indivíduos física e mentalmente incapacitados, idosos e praticantes em geral a alcançar o máximo de participação e desempenho, satisfação pessoal e desenvolvimento mediante as atividades” (WEINBERG; GOULD, 2016, p. 4).

Por sua vez, Samulski (2009) compreende que a Psicologia do Esporte envolve a análise das modificações dos processos psíquicos e das ações esportivas, direcionada à aplicação e comprovação de teorias e métodos na atividade desportiva. Assim, objetivamente, entende-se que a Psicologia do Esporte tem sua atuação pautada fundamentalmente em quatro grandes áreas (SAMULSKI, 2009; RUBIO; SIMÕES, 1999), são estas: rendimento, escolar, recreativa e reabilitação.

O esporte de rendimento tem como enfoque o alto rendimento de atletas, buscando otimizar sua performance por meio da identificação e intervenção nos fatores mentais destes. Para isso, faz-se uma análise dos determinantes psicológicos que influenciam o rendimento do atleta ou do grupo em questão.

Quanto ao esporte escolar, o mesmo traz consigo a visão e percepção socioeducativa da prática esportiva em si, centralizando sua intervenção em fenômenos e características de interesse para a formação de indivíduos enquanto cidadãos em uma sociedade. O profissional de

psicologia que investiga esse âmbito tem como foco os processos de ensino, educação e socialização envolvidos na prática esportiva e a forma que estes interagem com o processo de desenvolvimento de praticantes do esporte.

Por sua vez, o esporte recreativo enfatiza o aspecto de saúde e bem-estar envolvidos na prática esportiva, bem como a vivência de pessoas inseridas nesse contexto. A atuação psicológica, aqui, está pautada no estudo do comportamento recreativo em si, juntamente com suas variáveis indissociáveis, como a faixa etária ou a classe socioeconômica, somadas ao entendimento de conceitos aliados à psicologia, como motivação, atitudes ou interesses do indivíduo ou grupo.

Já a atuação na área de prevenção, saúde e reabilitação consiste na investigação de possibilidades de intervenção frente a demandas de determinadas limitações, sejam estas com perspectivas de caráter temporário ou permanente. Aqui, busca-se auxiliar especificamente nos aspectos psicológicos envolvidos em tais limitações, independentemente de estarem no âmbito físico ou psicológico.

Assim, embora elucidadas a partir de contextos diferentes, nota-se que a noção de Psicologia do Esporte percorre temáticas invariáveis ao longo do tempo. No entanto, devemos nos atentar para a resposta mais subjetiva, que contempla fatores que vão além de uma definição comum.

Se pretendemos analisar a Psicologia do Esporte de forma mais detalhada, devemos ter em mente que sua definição perpassa também a noção de ser humano em contexto cultural e social. Em outras palavras, para entender sua conceituação é necessário também entender de *quem* estamos falando especificamente.

Tal fator demonstra sua importância ao considerarmos que o esporte não é exatamente o mesmo em todos os países e contextos, ainda que suas regras oficiais e federações esportivas tenham um consenso so-

bre o que é regulamentado mundialmente. O aspecto que fundamenta a diferença no esporte é justamente o sujeito por trás dessa ação, que leva consigo a representatividade de uma determinada cultura, com fatores sociais e até mesmo políticos do esporte, comuns à concepção de esporte contemporâneo, já mencionada anteriormente.

Sabemos que, para a Psicologia, não há como desvencilhar a noção do ambiente que permeia o sujeito, seja o contexto político e histórico, seja o contexto familiar ou até mesmo o ambiente interno de cada um. Assim, é imprescindível considerar as diferentes formas de interpretação do indivíduo, ou seja, a visão particular que cada abordagem teórica utiliza para embasar as suas inferências sobre o que é psicológico (RUBIO; SIMÕES, 1999).

Deste modo, para estudar a Psicologia do Esporte deve-se atentar para a noção geral do conceito, que abarca a visão que diferencia a Psicologia em si das outras ciências que estudam o fenômeno, bem como para a noção particular da definição, que depende da abordagem teórica utilizada para aquela ação.

Ainda que mais evidente durante as intervenções práticas, o olhar para a abordagem teórica influi diretamente no âmbito da pesquisa, pois até mesmo o embasamento para a noção de construtos associados à temática, como personalidade ou motivação, perpassa diferentes concepções dentro da Psicologia. Ao considerar a complexidade dos construtos analisados pela Psicologia, deve-se também transpor sua amplitude ao conceito do esporte e suas múltiplas formas de definição.

Considerando tais aspectos, entende-se que ao lidar com temáticas que envolvem o ser humano, deve-se compreendê-lo enquanto ser influenciado por sua interação no meio social (LANE, 1981). Essa ideia é importante para construção de uma compreensão sobre o que é a Psicologia do Esporte, pois a partir do momento que se considera a pre-

sença de possibilidades diversas de definições, passa-se a investigar com mais cuidado os aspectos que permeiam o contexto da prática esportiva. Por exemplo, ao constatar a predominância de determinados países no topo dos circuitos mundiais de diferentes modalidades esportivas, a forma como as categorias masculinas e femininas são administradas em cada país ou a noção de que certas modalidades recebem mais destaque na prática profissional ou amadora. Já no Brasil, comumente retratado como o “país do futebol”, observa-se a maior promoção da modalidade entre crianças e jovens em suas instituições de ensino.

Assim, visto que cada contexto cultural apresenta características particulares de como o esporte é trabalhado e promovido, traremos a seguir informações sobre a Psicologia do Esporte no contexto brasileiro, abrangendo as ideias que se interrelacionam com o esporte e sua configuração no cenário social e cultural do país.

1.2.3 A Psicologia do Esporte no Brasil

Ainda que a temática esportiva não seja amplamente contemplada nos cursos de formação e na atuação da Psicologia brasileira, sua história antecede a oficialização da profissão, que ocorre no país em 2000 com o reconhecimento da especialidade pelo Conselho Federal de Psicologia em 2007 (Resoluções CFP nº 14/2000 e nº 13/2007) (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2000, 2007). Assim, torna-se essencial conhecer por quais caminhos e fontes foi difundida a ciência e a prática dessa atuação, conhecendo seus desafios iniciais e como foram superados para chegar no que se tem posto na literatura de hoje.

Para trazer a história da Psicologia do Esporte no âmbito nacional, destacam-se as contribuições da pesquisadora Kátia Rubio, que caracterizam e promovem a relevância de analisar o contexto esportivo a partir

do olhar da Psicologia. A pesquisadora busca evidenciar uma Psicologia do Esporte a partir das particularidades do contexto brasileiro, levando em conta não somente os aspectos relevantes à prática esportiva, mas enfatizando sua dimensão de fenômeno social e cultural.

Rubio (2007, 2016) analisa a Psicologia do Esporte a partir de uma perspectiva histórica, destacando como marco inicial os trabalhos de João Carvalhaes, que inicia uma atuação no São Paulo Futebol Clube no final de 1950, pautada em conhecimentos da Psicologia e da Psicometria, mesmo antes da profissão ser regulamentada no país.

A partir de então, surge uma tendência em adaptar estudos do exterior ao contexto brasileiro, mas tal movimento nem sempre considerava da melhor forma as condições que existiam no meio esportivo nacional. Contudo, por volta da década de 1980, os psicólogos brasileiros passaram a buscar meios de inserir as diferentes abordagens e teorias de trabalho no contexto esportivo do país, levando em conta as diversidades das modalidades e dos atletas dessa realidade.

Embora a atenção fosse voltada para o esporte, nem tudo que se produzia era domínio da Psicologia do Esporte em si, pois esta implica necessariamente o estudo embasado no meio ou nas pessoas que vivenciavam a prática esportiva, e não uma mera adaptação de contextos. Após consideradas as especificidades desse meio, o processo de avaliação psicológica de atletas teve grande destaque no esporte, sendo bastante requisitado entre atletas, comissões técnicas e dirigentes.

Nota-se que a Psicologia do Esporte no Brasil representa uma ramificação de uma Psicologia que ainda não está inteiramente consolidada, pois carece de uma boa comunicação entre a pesquisa científica e a atuação prática. Para tal fato, tem-se a quantidade de instrumentos de avaliação que não são específicos para o contexto do esporte, mas sim uma adaptação de outras áreas, como a clínica e a escolar, que não con-

templam todos os fatores necessários para conseguir analisar os fenômenos psicológicos específicos do contexto do esporte.

Dentre as mudanças na área, observa-se que a prática da Psicologia do Esporte está em evolução, com profissionais buscando ampliar as áreas de conhecimento no campo psicológico, realizando adaptações e inserções de teorias e práticas oriundas da Psicologia como um todo, para o contexto esportivo. Os profissionais inseridos na atuação prática e que priorizam os aspectos específicos do esporte são capazes de criar novas formas de intervenção com resultados promissões da efetividade das técnicas.

Seguindo por esse caminho, identifica-se que a Psicologia do Esporte necessita de meios para aprimorar seu conhecimento científico, de modo a acompanhar seu desenvolvimento prático. Assim, é necessário que exista maior comunicação entre a pesquisa (estudos acerca de temáticas pertinentes à Psicologia do Esporte) e a prática (aplicação dos resultados em contextos de prática profissional). Dessa forma, seria possível avançar teoricamente e, em medidas proporcionais, evoluir em novas questões e discussões pautadas na realidade esportiva que temos.

A Psicologia do Esporte perpassa a compreensão de diferentes conceitos pertinentes para o entendimento de sujeito. Algumas conceituações são consideradas mais relevantes a depender do olhar teórico que embasa a atuação do profissional de Psicologia no contexto esportivo, considerando as concepções que perpetuarão a noção de sujeito e de seus aspectos psicológicos.

Assim, há definições que são comumente encontradas no contexto do esporte, seja pela demanda de outras áreas de conhecimento ou pela vivência da atividade esportiva em si. No entanto, ainda que direcionadas a elementos voltados para aspectos psicológicos, nem sempre

tais atribuições contemplam a perspectiva embasada nos preceitos da Psicologia. A partir dessas noções, serão discutidos a seguir alguns desses conceitos que podem ser alvo de intervenção e estudo científico da Psicologia do Esporte.

1.3 Conceitos e definições

No contexto científico, sabe-se que a constante evolução conceitual faz parte do desenvolvimento do conhecimento humano, ou seja, é normal que definições sejam modificadas e ampliadas ao longo do tempo. No caso da Psicologia do Esporte, alguns conceitos sempre estiveram sob olhar atento de outros profissionais da área, e encontram-se na pauta de diferentes atuações independente do momento histórico. Outros, surgem como uma necessidade de explicar fenômenos observáveis em determinadas modalidades ou faixa etária.

A vastidão de definições na Psicologia do Esporte abarca desde fenômenos gerais até os mais específicos, resultando em diferentes possibilidades de abordar esse conhecimento. No entanto, nos centraremos naqueles que consideramos ser essenciais para o olhar do profissional que pretende atuar e contribuir neste cenário, com a proposta de desencadear novos pensamentos e discussões futuras a partir de fenômenos mais abrangentes.

Pensando nas dúvidas e temáticas mais recorrentes de profissionais da área, bem como de atletas e profissionais de outras áreas relacionadas, nos propusemos a esclarecê-las de forma objetiva e correlacionada com a vivência na prática da Psicologia do Esporte. Assim sendo, selecionamos cinco dimensões, que serão descritas a seguir.

1.3.1 Esportes individuais e coletivos

De modo simplificado, o esporte pode ser praticado por meio de duas classificações gerais: individual e coletivo. Estes consideram que sua prática não é somente uma atividade isolada, pois traz consigo a interação do indivíduo com outras pessoas, sejam elas um adversário, colegas de equipe, treinadores, família ou amigos (SIMÕES, 2009). Tais interações influenciam em seu modo de agir dentro e fora de jogo, alterando constantemente a relação com o esporte praticado e consigo mesmo.

Ao analisar o fenômeno esportivo enquanto socialmente e culturalmente influenciado, podemos dizer que o esporte não é uma atividade pautada no isolamento, sendo compreendido como uma atividade cultural em que pessoas interagem entre si para comparar suas habilidades motoras aprendidas, de acordo com a regra social estabelecida para tal atividade (TIEDEMANN, 2020). A depender do objetivo do esporte, este pode estar centrado tanto em uma relação de competitividade entre duas pessoas, quanto entre grupos de pessoas. É dessa forma que se identificam as modalidades de esporte como sendo individuais ou coletivas.

Independentemente das modalidades, da maneira como se vivencia sua prática (pública ou para a prática em si) ou do nível de desempenho (alto rendimento ou amador), comumente em algum momento o esporte perpassa pela esfera do coletivo. Partindo desse pressuposto, o fator que diferencia o esporte individual do esporte coletivo, em linhas gerais, é o modo que os atletas daquela modalidade executam ações para atingir o objetivo preestabelecido para garantir a vitória.

De acordo com Rubio (2007), nas modalidades individuais, tem-se como foco o próprio atleta e sua atuação no esporte, ou seja, entende-se que a pessoa depende exclusivamente de si para executar tal prática esportiva. No entanto, mesmo que a ação esteja centrada em um indivíduo, ela traz a interação com outros para criar uma es-

tratégia de jogo, desenvolver preparo físico ou até mesmo receber apoio frente a vitórias ou derrotas (MALLETT; LARA-BERCIAL, 2016). Nesse caso, a intervenção de um profissional da Psicologia do Esporte pode estar relacionada com a concentração, regulação emocional ou o manejo de variáveis do ambiente, como condições climáticas adversas ou a torcida.

Já nas modalidades coletivas, enfatiza-se o papel das relações do grupo, em que atletas precisam necessariamente de uma ação conjunta para executar a prática esportiva. Assim, a realização desta extrapola a relação interpessoal somente de rivalidade ou desejo de vencer o oponente, dando espaço para interações de cooperação entre dois ou mais indivíduos que precisam agir em conjunto para atingir seu objetivo durante a prática esportiva (GALATTI *et al.*, 2018).

Segundo Goedert (2020), os esportes coletivos são complexos e delimitam-se por elementos específicos de execução como coordenação motora, habilidades físicas e cognitivas, no conhecimento teórico, nas técnicas e nas táticas de jogo (GRAÇA, 2013). A intervenção pautada na Psicologia do Esporte pode incluir modificação e aprimoramento da comunicação da equipe ou até mesmo autoconhecimento, além de treinos de liderança, resiliência e motivação intrínseca e extrínseca, de modo que a equipe estabeleça papéis para cada membro de acordo com estratégias adotadas para alcançar a vitória.

Um elemento importante a ser ressaltado é que, no esporte coletivo existe uma comunicação entre os membros de uma equipe, tanto para amenizar fatores de estresse quanto para a elaboração de estratégias, enquanto no esporte individual há apenas uma autocomunicação. Pesquisas comparando as duas modalidades foram identificadas, com o propósito de avaliar fatores como depressão, motivação e personalidade em ambas (NIXDORF; FRANK; BECKMANN, 2016).

Contudo, foi possível observar que mesmo com a proposta de fazer tal distinção, alguns resultados mostraram a ausência de diferença entre modalidades individuais e coletivas puramente ditas, propondo assim que existe uma complexidade por trás dessa diferenciação que vai para além desse fator, como por exemplo, distinções mais minuciosas entre cada esporte, a exemplo da duração e da intensidade (GOEDERT, 2020). Assim, analisar a forma que o indivíduo vivencia o esporte é determinante para entender o pensamento e as emoções que irão reverberar internamente e influenciar na formação de estratégias, posteriormente gerando novos comportamentos e ações durante a prática esportiva.

Por fim, um fator que deve ser levado em consideração ao falar sobre aspectos individuais e coletivos é o contexto de treinamento. Quando vislumbramos uma instituição esportiva, independentemente de o nível ser amador ou profissional, é comum que os praticantes de alguma modalidade esportiva individual compartilhem os momentos de treino com outras pessoas. Um exemplo encontrado no cotidiano é de escolas que investem no esporte para seus alunos, disponibilizando um horário extra para que as crianças e adolescentes se reúnam em grupo com um professor da modalidade nas dependências da própria escola, categorizando-os por idade ou por nível (amador ou profissional).

Nesse contexto, os alunos podem praticar uns com os outros, simulando adversários de competições ou simplesmente aprendendo com um colega de nível mais avançado. Até mesmo estes, que estão em maior destaque de habilidades frente aos outros, podem progredir em situações de ensino, em que passam a observar com maior detalhe os movimentos dos outros para auxiliá-los a melhorar e, assim, aprimorando sua capacidade de observação, análise e criação de estratégia no esporte.

Por vezes, a modalidade oferece também a opção de competir individualmente e coletivamente, em duplas ou em grupo, como no caso da natação, atletismo ou até mesmo no tênis de mesa. Nesses casos,

torna-se conveniente ter os atletas que representam uma mesma instituição ou país usufruindo de um treinamento simultaneamente, seja para se familiarizarem com possíveis parceiros de competição ou para ter um desenvolvimento social do grupo, para que saibam se apoiar em momentos difíceis e trocar experiências que vivenciam nesse contexto compartilhado.

O local de treinamento passa a ser um local para estimular não apenas seu nível individualmente, mas sua convivência com outros praticantes daquela modalidade, que podem auxiliar com percepções, estratégias ou ampliação de habilidades. Dessa forma, atletas individuais passam a criar formas de enfrentamento para adversários diversos, podendo explorar suas fragilidades e antecipar possíveis situações de dificuldade frente a novos oponentes que apareceriam em uma competição.

Além dos aspectos de rendimento, a atividade em grupo, independente da modalidade ser individual ou coletiva, também faz com que atletas aprendam a lidar com as diferenças, com as frustrações e com a competitividade em um ambiente mais acolhedor do que na competição em si. Esse treino social pode ser útil a crianças e adolescentes que, nos dias de hoje, são extremamente incentivadas a se sobressair, fazendo com que aprendam a competir de forma saudável e pautada no *fair play*.

1.3.2 Competição esportiva

À primeira vista, o termo esporte e competição parecem ser sinônimos, visto que comumente consideramos o esporte de rendimento enquanto única definição da prática, conforme já elucidado anteriormente. Contudo, embora de fato consideremos aqui a definição voltada para o rendimento, é importante compreender também a definição de competição.

Assim, ao falarmos de competição no esporte, podemos estar nos referindo ao aspecto competitivo da prática esportiva, o oposto do cooperativo, ou ao estilo de prática voltada para a competição, o oposto de lazer. Aqui, consideramos o esporte de rendimento, seja em nível amador ou profissional, como aquele que depende de um ambiente competitivo para a execução de sua prática.

Nesse sentido, o caráter competitivo do esporte pode ser entendido em comparação ao conceito de cooperação. Enquanto na cooperação, indivíduos são recompensados ao agir em equipe para atingir determinado objetivo, na competição, a recompensa vem ao comparar o desempenho individual (ou grupal) frente a outras pessoas inseridas em tal prática esportiva para a obtenção de um determinado objetivo (COAKLEY, 2020).

Para Weinberg e Gould (2016), a competição sempre envolve uma avaliação, sendo esta fundamental para o processo, pois é assim que a comparação entre o desempenho dos competidores é feita. De modo oposto, a cooperação depreende da ação conjunta para alcançar um objetivo compartilhado, ou seja, os participantes são recompensados por igual e não há uma avaliação ou comparação efetivamente.

De forma geral, o comportamento competitivo está inserido na sociedade em que vivemos, variando em grau de acordo com a cultura ou o contexto. Os autores também enfatizam o caráter relativo da competição esportiva, pois consideram-na um processo aprendido, e não inato, recebendo influências de fatores sociais e de vivência do esporte em si, fazendo com que seja percebida de diferentes formas para cada indivíduo (WEINBERG; GOULD, 2016).

Numa proposta de esporte competitivo, a forma que um indivíduo se orienta para o cumprimento de um determinado objetivo durante a prática esportiva (marcar um ponto em uma partida, por exemplo),

evidencia a forma que a competição em si pode influenciar no comportamento de um sujeito. Se a considerar enquanto uma oportunidade para ganhar e ter suas habilidades reconhecidas, pode eliciar mais confiança para se arriscar, ao passo que, interpretando-a enquanto uma possibilidade de falhar e estar vulnerável ao julgamento, pode desencadear formas de esquiva ou autossabotagem, por exemplo.

Assim, entende-se que a competição em si não é algo bom ou ruim, pois perpassa fatores sociais de expectativa e comparação, dependendo da interpretação destes para cada atleta. Um ambiente de competição pode gerar alguns comportamentos considerados socialmente positivos e por isso reforçados, como liderança, comunicação ou motivação. Em contrapartida, vivências esportivas de competição ruins podem gerar frustração ou reações agressivas e violentas.

A forma com que se interpreta a competição também está estritamente relacionada com o entendimento do indivíduo frente a essas situações, somado a sua vivência social na competição. Por exemplo, pais e técnicos que punem demasiadamente o desempenho de um atleta podem acabar por desencorajá-lo a competir novamente, ao passo que estes mesmos num papel de incentivo podem impulsioná-lo a testar seus limites.

Assim, a competição não deve ser analisada separadamente, enquanto um fenômeno concreto, mas sim em decorrência do contexto esportivo na qual é vivenciada. Os fatores sociais e culturais interagem, direta ou indiretamente, nos fatores ambientais, fazendo com que a experiência competitiva no esporte não seja facilmente compreendida, explicada ou alterada por seus praticantes.

Quando se trata de esportes coletivos, ressalta-se também o caráter competitivo que, por muitas vezes, aparece dentro de um mesmo time e sobrepõe a cooperação que deveria ocorrer. Da mesma forma,

somente a competição em si não deve ser imediatamente desencorajada, no entanto deve-se atentar para os fatores que permeiam tal comportamento, e de que forma interferem na dinâmica do grupo como um todo.

No entanto, quando se entende que a competição se pauta em fatores de comparação e expectativa, fica mais evidente até que ponto é saudável incentivá-la. Um aspecto de alerta é quando se perde o objetivo que deve ser alcançado, ou seja, o propósito daquela competição, fazendo com que comportamentos de agressão ou rivalidade tóxica estejam em um papel de destaque.

Para identificar estes e outros aspectos prejudiciais, a Psicologia conta com instrumentos capazes de mensurar níveis de estresse e ansiedade, por exemplo, de modo a monitorar reações que podem eliciar uma competição não saudável (ANDREOLI; OLIVEIRA; FONTENELES, 2020). Contudo, não devemos priorizar apenas um determinado perfil e considerá-lo ideal por si só, mas investigar os aspectos que permeiam o que é considerado ideal para cada modalidade, cada atleta e cada contexto de prática e competição esportiva.

1.3.3 Motivação

Considerada uma temática amplamente discutida em Psicologia, sua conceituação perpassa as áreas da Psicologia Social, Positiva e Organizacional, além do esporte em si. Centralizando no meio esportivo, trata-se de uma habilidade momentânea ou não, que faz parte da prática esportiva e o direcionamento de quem o pratica frente a determinado objetivo de jogo.

De acordo com Weinberg e Gould (2016), a motivação pode ser comumente entendida por meio de três perspectivas: visão centrada no traço, visão centrada na situação e visão interacional.

A primeira diz respeito a uma explicação da motivação pautada em características individuais. Assim, o comportamento motivado seria entendido enquanto originado em sua personalidade, necessidade ou objetivo de prática. No entanto, tal perspectiva não considera que uma mesma pessoa pode estar motivada em um ambiente e desmotivada em outro, como o contexto competitivo.

Assim, chegamos na segunda perspectiva, que foca nos processos envolvidos em determinado contexto como fatores determinantes para a existência ou não de comportamento motivado em um atleta. Contudo, há situações em que, ainda que o ambiente seja aversivo, o atleta consiga permanecer na prática esportiva. Nesse caso, considera-se que o fator situacional, como o local de treino, estilo de equipe e treinador, histórico de vitórias e derrotas no time, não foi determinante para o comportamento motivado naquele sujeito.

Por fim, a visão interacional acerca da motivação é considerada a mais completa e frequentemente utilizada para entender o indivíduo que está inserido na prática esportiva. Aqui, entende-se que ao analisar a motivação, é preciso analisar tanto a situação quanto a pessoa que está nela, bem como a forma de interação estabelecida entre si.

Quando consideramos o modelo interacional, é possível encontrar algumas orientações explicativas para aprimorar e cultivar a motivação no âmbito esportivo. Primeiro, é importante levar em conta o caráter interativo da motivação, ou seja, não generalizar dificuldades de motivação com aspectos puramente individuais ou ambientais. Além disso, esse aspecto tem um caráter mutável, em que a interação entre os elementos pode variar ao longo do tempo.

Em seguida, é preciso compreender que uma pessoa pode ter inúmeros motivos para participar de uma determinada atividade esportiva, que podem ou não ser similares aos motivos de outras pessoas. Assim,

a monitoração de tais aspectos é imprescindível para evitar evasão ou perda de interesse entre os participantes.

Outra diretriz a ser evidenciada é a importância de alterar os elementos do ambiente para aumentar a motivação dos praticantes. Para tal, é necessário ter conhecimento dos fatores individuais de desempenho e motivação e, assim, alterná-los para compreender e contemplar uma equipe toda, ou acompanhar a mudança de motivação em atletas individuais. Intercalar entre treinos mais sérios ou mais descontraídos, por exemplo, pode ser uma boa alternativa para aprimorar a motivação (WEINBERG; GOULD, 2016).

Um outro elemento importante é a influência motivacional que líderes em grupos, técnicos ou professores, apresentam no contexto esportivo. Por serem considerados figuras de relevância e confiança na prática do esporte, essas pessoas podem, direta ou indiretamente, transmitir seu nível de motivação para os atletas. Nesse caso, é recomendável que tais lideranças tenham conhecimento do seu papel motivador, e aprendam a filtrar suas ações para que não afetem outros. Em situações de desânimo, por exemplo, um treinador pode precisar demonstrar mais empolgação para seus atletas ou, em casos em que isso não é possível, comunicar estes para que estejam cientes sobre esse fator e não associem a ausência de motivação do treinador com comportamentos e atitudes de si, como um mau desempenho esportivo.

Por fim, enfatiza-se também a modificação de comportamentos indesejáveis entre os participantes daquela prática esportiva. Em outras palavras, deve-se ficar atento à forma com que os indivíduos respondem ao contexto esportivo, como jogadores que fazem demasiadas críticas aos seus colegas de equipe, destacando para aquele atleta e para a equipe que esse comportamento não é adequado e, nesse caso, podendo apresentar alternativas para uma melhor comunicação em equipe como solução.

Essas são apenas algumas diretrizes que podem auxiliar na percepção e intervenção de condutas voltadas para a motivação esportiva. No entanto, pesquisas também trazem outras formas de implementar a temática motivacional no contexto de atuação psicológica, sejam com aspectos mais individuais, mais situacionais ou interacionais (KAVUSSANU; SEAL; PHILLIPS, 2006; OWEN et al., 2014; VAN DE POL; KAVUSSANU, 2012). O importante é evidenciar o embasamento teórico mais adequado ao contexto da modalidade ou da prática esportiva.

No campo de atuação profissional, comumente serão apresentadas propostas de trabalho que visam uma “injeção de motivação”, e não uma intervenção psicológica contínua. Embora possa ser executada, uma intervenção pontual nem sempre é uma solução para os problemas daquele contexto. Cabe aqui ao profissional de psicologia saber se posicionar frente a essa demanda, explicar a diferença entre os tipos de propostas associadas a determinadas intervenções.

Ao mesmo tempo, é essencial que os demais profissionais envolvidos no processo estejam abertos a tal entendimento e, idealmente, passem a buscar maiores informações acerca do fenômeno psicológico, de modo a adequar suas demandas para uma realidade acessível à profissão. Nota-se aqui a importância de que profissionais de outras áreas, próximas à Psicologia do Esporte (por exemplo, profissional da educação física, fisioterapeuta esportivo), tenham acesso aos princípios básicos da Psicologia do Esporte em sua formação profissional, evitando sobrepor as áreas ou suprir demandas que estão para além de sua atuação.

1.3.4 Regulação emocional

Frequentemente definida no esporte enquanto demandas de “como lidar com a raiva?” ou “o que fazer em situações de medo?”, a regu-

lação emocional é fundamental para o entendimento de um atleta, embora não possa ser resumida a perguntas que apresentam respostas tão pontuais e objetivas. Para Alves (2018), as emoções, de certa forma, são o caminho pelo qual se tem acesso ao que foi vivenciado e experienciado por um indivíduo, de acordo com suas percepções pessoais sobre determinada situação, sendo assim um conceito amplo e bastante subjetivo.

Em contextos gerais, o significado atrelado a uma situação pode desencadear uma determinada categoria de emoções, ao passo que modificá-lo também pode acarretar uma nova gama de emoções, a depender da facilidade que um indivíduo tem para se “reprogramar” frente às situações. Esse processo, de reconfigurar e alterar a interpretação das situações vividas, é o que chamamos de regulação emocional (ALVES, 2018).

Embora tenha uma definição simples, na prática as emoções são bem mais complexas. Estão associadas a todos os contextos de vida de um sujeito, e podem ser generalizadas entre si, ou seja, a experiência emocional adquirida em um contexto pode acabar influenciando vivências futuras de situações parecidas. Quando relacionadas a emoções saudáveis, são um caminho de aprendizagem social, ao passo que quando associadas a emoções negativas podem prejudicar o convívio social de um indivíduo ou até mesmo sua percepção de mundo.

Algumas pessoas podem entender a regulação enquanto um comportamento automático, ou seja, que a partir de uma pequena quantidade de esforço conseguem considerar diferentes interpretações e significados para uma determinada situação vivida. No entanto, outros podem precisar colocá-la no plano da consciência, direcionar questionamentos e pensamentos para o acontecimento, ouvir opiniões de terceiros e, a partir daí, considerar novas interpretações e emoções.

Aqui, entende-se que a regulação emocional depende também de um autoconhecimento, fator frequentemente trabalhado em interven-

ções na Psicologia do Esporte (SAMULSKI, 2009). Parte-se do princípio de que, ao conhecer bem a si mesmo, seus pontos fracos e fortes, traz também maior facilidade em reconhecer e modificar situações de vulnerabilidade emocional. Dessa forma, quando um membro de uma equipe tem bom reconhecimento de si mesmo e do outro, passa a ser mais fácil promover ações e comportamentos que ajudam a regular e conciliar determinadas emoções em jogo.

Ainda no contexto de grupo, por muitas vezes a emoção de um jogador de extrema influência na equipe pode refletir nos demais, seja ela boa ou ruim. Nesse caso, ter conhecimento de suas emoções e do seu papel de influência no time pode ser fator decisivo ao se deparar com um ponto crucial em um jogo. Saber o momento ideal para demonstrar suas emoções para incentivar um colega de equipe, ou o de resguardar-se em casos de pontuação adversa, também faz parte de uma boa regulação emocional.

Em casos de atletas que praticam esportes na modalidade individual, a regulação emocional é fator determinante para orientar o pensamento e ser capaz de encontrar boas estratégias para determinado momento de jogo. A leitura do ambiente pode ser facilmente influenciada por emoções negativas ou positivas, tornando-se tendenciosa. Um atleta com raiva pode enfatizar demasiadamente seus erros, ao passo que um atleta mais alegre pode relevá-los com maior facilidade.

Por fim, a regulação emocional também pode ser considerada uma das formas de intervenção psicológica no contexto do esporte, mas deve ser evidenciada com cautela. Por se tratar de uma interpretação individual de cada sujeito frente a uma situação, é comum que existam diferentes formas para avaliar uma determinada emoção como sendo boa ou ruim, ou, em outras palavras, desejável ou indesejável para o desempenho esportivo.

Por vezes, esbarra-se na expectativa de um treinador ou de um familiar, que espera que o atleta apresente comportamentos mais polidos ou socialmente desejáveis. Contudo, muitas vezes a expressão de emoções deve ser vista como algo que para aquela pessoa em específico faz sentido, ainda que a regra não se aplique a outros.

Novamente, nos deparamos com a questão fundamental na Psicologia do Esporte, a impossibilidade de generalizar intervenções. Para uma equipe, por vezes a expressão de frustração pode ser encarada como uma crítica pelos demais membros do time, ao passo que em outra equipe esta mesma emoção pode desencadear uma reação de motivação de um atleta para outro.

1.3.5 Preparação psicológica

Considerada uma das principais formas de atuação do profissional da área da Psicologia do Esporte, a preparação psicológica por vezes recebe outros nomes no cotidiano, como “treino mental” ou “acompanhamento psicológico esportivo”. Por ser uma definição amplamente difundida já no senso comum, alheio à prática profissional da Psicologia em si, a terminologia a que se refere a preparação psicológica denomina um campo abrangente e que muitas vezes se confunde com treinamento de habilidades ou técnicas para enfrentamento de aspectos psicológicos. No entanto, esse fator é apenas um dos elementos que a compõem, contemplando acompanhamento, orientação, avaliação e, por fim, o treinamento psicológico (MARKUNAS, 2003).

De modo geral, a forma com que o profissional de Psicologia do Esporte exerce sua atuação é pautada na combinação desses quatro fatores entre si. É importante ressaltar que deve contemplar, em certa medida, elementos de informação e psicoeducação da temática para o pú-

blico a ser trabalhado, além de elementos situacionais de enfrentamento, como técnicas e habilidades comportamentais.

Ao elaborar um plano de intervenção pautado na preparação psicológica, é necessário levar em consideração também uma estrutura de análise abrangente das condições do praticante daquela modalidade esportiva. Como exemplos, podemos listar a identificação de aspectos referentes à sua iniciação no esporte, rede de apoio, condições para a prática ou até mesmo interesses da instituição frente ao seu desempenho (MARKUNAS, 2003).

Aqui, vale lembrar que o trabalho psicológico normalmente deve contar com uma atuação multidisciplinar, visando alinhar os objetivos de outras áreas esportivas de acordo com a demanda daquele atleta ou equipe. Outro aspecto envolve a conscientização das partes envolvidas, sobre o fato de que o processo de preparação psicológica é uma medida contínua, e que não deve ser acionada somente para “reparar danos”. Tal associação acaba por prejudicar o trabalho profissional, por vezes colocando-o num papel de “conserto” e não de promoção de saúde psicológica.

É por fatores dessa natureza que se torna de extrema importância conhecer quais condições são adequadas para atuação do profissional da psicologia, para que seja possível orientar atletas, equipes, outros profissionais e comissões técnicas a respeito do quanto a área pode contribuir, mantendo um plano objetivo e palpável. Por vezes, é necessário que antes mesmo de iniciar a atuação propriamente dita, seja feita uma reunião entre todas as partes, de modo a situar a intervenção e seus aspectos reais de perspectivas futuras, juntamente com as expectativas e previsões da parte contratante.

Ao informar o modo de intervenção e de atuação profissional, é preciso alertar também para as limitações da própria Psicologia. É co-

mun que as equipes e instituições tenham expectativas altas e irreais quanto a possibilidades de intervenções viáveis, exigindo soluções milagrosas ou num tempo curto. Esse caso se apresenta principalmente em situações de proximidade de competições, em que a presença do psicólogo é requisitada como último recurso ou em poucas semanas que antecedem tal objetivo.

Especificamente, no que tange o processo de avaliação psicológica, conhecido como psicodiagnóstico esportivo, também devemos ter cuidado com as expectativas criadas frente a essa intervenção da Psicologia. O psicodiagnóstico esportivo foi preconizado pela aplicação inicial dos conhecimentos da psicometria (área relacionada à construção de testes) e da avaliação psicológica dos atletas visando a criação de perfis. Com o advento da Psicologia do Esporte o psicodiagnóstico tradicional, que visa analisar especialmente quadros psicopatológicos, foi cada vez mais se diferenciando do psicodiagnóstico esportivo, que envolve a relação entre as dimensões psicológicas (por exemplo, personalidade, motivação, emoção) e as características de rendimento e desempenho dos atletas (RUBIO, 2002).

No entanto, é imprescindível que seja esclarecido qual o propósito da avaliação, quais construtos serão analisados pelas estratégias de avaliação utilizadas (por exemplo, escalas, observação, entrevistas) e, por fim, de que forma podem ser associados a uma intervenção multidisciplinar. Novamente, ressalta-se a importância de todos os profissionais envolvidos no contexto terem um conhecimento básico sobre a atuação do profissional em Psicologia, para que se alinhem nas expectativas e desenvolvam uma perspectiva unificada de intervenção esportiva.

Considerando a multiplicidade de aplicações e de novas demandas que surgem na Psicologia do Esporte e envolve a prática profissional psicológica, não é possível esgotar as possibilidades de aplicação da Psicologia no contexto esportivo. Assim, nosso objetivo é registrar informações

gerais possíveis de se vislumbrar até o presente momento, abarcando também as denominações que por ora não estão consolidadas, mas apresentam fortes indícios de crescimento e utilização.

Neste sentido, uma diferenciação que é necessária atualmente, visto que a evolução da prática esportiva e os desafios da atualidade na profissão envolve duas conceituações, sendo uma mais tradicional e amplamente conhecida, e outra mais recente e menos difundida e remetem aos conceitos de esporte físico e esporte eletrônico.

2 O ESPORTE E SUAS CONCEPÇÕES

No capítulo anterior, demonstramos que os preceitos históricos do esporte e seus avanços ao longo do tempo compunham uma perspectiva informativa sobre a forma com que o conhecemos e vivenciamos nos dias de hoje. Cada passo e cada acontecimento tiveram papel determinante para a consolidação do conhecimento científico e social do contexto esportivo.

Ao analisar e enfatizar os entrelaces da Psicologia com o Esporte, nota-se que o foco passa a se equilibrar entre os aspectos físicos e os processos mentais e comportamentais que os acompanham. O indivíduo passa a ser visto não somente a partir de seu rendimento, observável e objetivamente mensurável, mas contemplando as entrelinhas do funcionamento humano e seu comportamento interno. Assim, aspectos que permeiam o conhecimento da Psicologia passaram, paulatinamente, a compor a noção do esporte, sendo difundida até outras profissões. Com isso, o surgimento de novas modalidades esportivas, devidamente regulamentadas, impulsionou a ideia de que fatores cognitivos também fazem parte da conceituação esportiva e, por consequência, da intervenção no esporte.

Considerando o movimento de esporte contemporâneo, que consiste na adaptação e na criação de novas regras de modalidades esportivas já existentes, podemos entender que o processo de oficialização do esporte é uma das últimas etapas para a consolidação de tal fenômeno. Seria, então, correto pressupor que o fator de popularização social de um novo conceito de esporte seria o precursor de uma possível regulamentação e oficialização deste no futuro.

Neste sentido, traremos a seguir uma discussão sobre concepções de esporte que se diferem entre si, tanto pela sua tradição conceitual,

quanto pelo seu foco e objetivo de intervenção profissional, um derivado mais diretamente dos aspectos físicos e outro de aspectos cognitivos.

A consideração de atributos não físicos em atletas traz à tona um novo conceito de esporte que envolve a percepção de que existem formas de exercer uma atividade esportiva num ambiente completamente virtual, mantendo as particularidades que caracterizam o esporte físico (GOSTLIN, 2021; KANE; SPRADLEY, 2017) denomina de esporte eletrônico (ou *eSport*). Serão descritos a seguir os aspectos que fundamentam tais conceituações, juntamente com suas definições teóricas e práticas.

O principal objetivo é de conseguir proporcionar uma ideia inicial sobre suas semelhanças e diferenças, principalmente aquelas significativas para área da Psicologia do Esporte sem esgotar as explicações e discussões nas áreas. Para tal, consideramos em ambos o conceito de esporte enquanto fenômeno de performance e rendimento, ou seja, evidenciando seu caráter competitivo, que percorre na história por meio de sua regulamentação pré-estipulada e uniformemente difundida pelo mundo.

2.1 O que é esporte físico?

A noção de esporte físico perpassa o histórico da sociedade e da civilização mundial, contendo variações e avanços que correspondem à realidade e à cultura de cada época. O termo esporte, no entanto, surge posteriormente à execução enquanto atividade, ou seja, sua prática se fazia presente desde o início dos relatos históricos da humanidade em si, como um termo empregado por marinheiros no século XIV ao se referirem às atividades físicas realizadas em seus momentos de lazer (TUBINO, 1993).

No entanto, quando falamos de estudos científicos das mais diversas áreas, principalmente daquelas que não são uma especificidade

da própria Educação Física, o conceito de esporte por vezes perpassa por outras perspectivas, voltando-se para a intervenção, que o afastam de uma conceituação unificada do fenômeno em si. Assim, faz-se importante que, na Psicologia, uma área também voltada para aspectos de saúde, saiba-se diferenciar os elementos que compõem terminologias comumente tidas como sinônimo do esporte, como a atividade física e o exercício.

2.1.1 Esporte, exercício ou atividade física?

Ao falarmos de Psicologia do Esporte, por muitas vezes nos questionam até que ponto essa ciência abarca a investigação específica de outras formas de atividade relacionadas ao esporte. De fato, Rubio (2007) retrata a familiaridade da área com outras áreas próximas da Psicologia, ao considerar sua definição envolvendo não somente o esporte, mas também a atividade física e o exercício.

Para delimitar essa conceituação, traremos a definição estruturada por Caspersen, Powell e Christenson (1985), que priorizaram a diferenciação entre estes conceitos para que fosse possível analisar estudos de uma forma unificada. Assim, tem-se que a atividade física diz respeito a qualquer ação ou movimento corporal, produzido por músculos do corpo, que seja energeticamente dispendioso, ou seja, que resulte em uma quantidade de gasto de energia (calorias). Considerado um conceito mais básico, um simples movimento espontâneo, por exemplo, pode ser configurado como tal, sem a necessidade de cumprir outros requisitos.

Já o exercício, contempla as características listadas enquanto descritoras de atividade física, sendo definido como um modo de executar esta, desde que seja orientada, estruturada, repetitiva e devidamente planejada. Ainda, para ser categorizada enquanto exercício, é necessário

que essa ação tenha como objetivo a manutenção ou progressão de atributos físicos daqueles que a praticam (CASPERSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985).

Com essas delimitações feitas, é possível evidenciar que, contrariamente às suas utilizações no meio popular como sinônimos, a atividade física e o exercício apresentam sutis variações que contribuem para sua diferenciação na literatura e na ciência que os investigam. Ainda que elucidadas de forma mais detalhada por profissionais da Educação Física, o conhecimento de que são práticas distintas já eleva a atenção de profissionais de outras áreas, fazendo com que evitem a generalização ao fazer análises para realizar intervenções em tais contextos.

Adicionando a essa comparação o termo esporte, que é foco conceitual deste capítulo, tem-se que a diferença primordial entre tais definições, de maneira generalizada e simplificada, é por conta do fator competitivo encontrado de maneira enfática na prática esportiva. Para sua execução, mais que movimentos aleatórios ou repetitivos, é preciso estar devidamente orientado para um objetivo preestabelecido, sendo regido por regras comuns referentes à sua maneira de realização.

A partir dessa concepção, deixando claro que a Psicologia do Esporte nos dias de hoje pode também ter campo de atuação no exercício e na atividade física, retornamos nossa atenção para o esporte de rendimento. De modo geral, a noção de esporte que evidenciamos até aqui é pautada enquanto uma atividade voltada para a competição, a conquista, a performance e a realização, mas que também é influenciada pelo meio social e cultural de sua execução (GALATTI, 2010).

Embora conceituado amplamente pela literatura, o esporte não possui o mesmo significado para todas as pessoas. No modo popular de se referir à prática, esta se configura enquanto esporte competitivo de performance, conforme visto no capítulo anterior. No entanto, ainda

que consideremos essa definição específica, é possível associá-la a outros aspectos de desenvolvimento humano para além do rendimento, de acordo com a vivência e experiência do atleta.

Neste sentido, quando a Psicologia se propõe a investigar os fatores do esporte, além de se atentar para os elementos que permeiam sua conceituação e definição, é preciso entender o sujeito por trás da prática esportiva. Assim, considerando a importância que tal área do conhecimento dá para a experiência individual frente a determinado contexto, trataremos a seguir uma breve discussão acerca do aspecto de formação do atleta no meio esportivo, a partir de seu ingresso neste.

2.1.2 Iniciação esportiva

Quando pensamos em formas de intervenção adequadas para o contexto esportivo, devemos analisá-lo enquanto fenômeno multifacetado, de modo a compreender de que forma ele se insere na formação de um sujeito, incluindo o processo de iniciação do indivíduo na prática. Tal aspecto se dá pelo fato de que a percepção e internalização da atividade esportiva pode ocorrer de diferentes formas para cada pessoa, a depender do contexto, das habilidades desenvolvidas e da experiência por si só.

Partindo desse princípio, Mendes (2017) evidencia de que forma os fatores de iniciação são considerados como influentes na experiência da prática esportiva ao longo da vida de um indivíduo. Ainda que comumente associado a fatores de promoção de saúde, cooperação e comunicação, o esporte físico também pode ser vivenciado de forma prejudicial, seja por uma ênfase demasiada no desempenho ou por não respeitar as etapas de desenvolvimento humanos ao, por exemplo, dispor de forte exigência a praticantes de esporte na infância.

Ainda, levando em consideração o aspecto social da atividade, deve-se considerar uma instituição que não somente é ambiente de prática esportiva, mas frequentemente a incentiva entre seus membros: a escola. Marcada por inserir o esporte na vida das crianças, a escola passa a representar, para muitos, o primeiro contato com agentes socializados (por exemplo, colegas) e, às vezes, com situações que demandam seriedade e responsabilidade, por meio de competições.

No entanto, de acordo com Mendes (2017), enfatiza-se a importância de priorizar um ambiente de iniciação saudável, que proporcione flexibilidade para se adaptar aos interesses de cada criança, de acordo com sua faixa etária. A diversificação, ou seja, a experiência em mais de uma prática esportiva, também é incentivada como fator positivo, pois evita a redução do repertório motor, prejuízos no desenvolvimento da criança, bem como auxilia na sua formação escolar.

Considerando uma iniciação ideal, deve-se contemplar anos de práticas lúdicas em diversas modalidades esportivas e, com o passar da idade, inserir um equilíbrio entre brincadeiras e treinamento, juntamente com um aprofundamento da especificidade esportiva. Aos poucos, conforme aumenta a seriedade do treino proposto para apenas uma modalidade desejada, espera-se que tais fatores influenciem um percurso de alta performance ao deixar o período de adolescência (MENDES, 2017).

Associados à prática da atividade em si, a forma com que o indivíduo se relaciona com as pessoas daquele contexto é apontada como essencial para uma experiência saudável no esporte. Assim, a influência de familiares, treinadores e amigos, quando positiva e incentivadora, pode ser determinante para uma vivência adequada do ambiente esportivo, seja em sua prática amadora, deliberada ou em competições.

Com esses achados, evidenciando a pluralidade do esporte físico, é importante analisar de que forma sua concepção perpassa não somen-

te os aspectos físicos, mas também aqueles mais internos, muitas vezes associados ao campo do “mental” ou cognitivo. Acima, mencionamos como a experiência individual frente a atividade esportiva pode ser fundamental para influenciar o rendimento físico, mas será que outros elementos não visíveis ao espectador também devem ser investigados como componentes da multiplicidade deste indivíduo?

2.1.3 Do aspecto físico ao mental

Muitas pessoas têm a concepção de esporte somente enquanto propriedade de funções motoras, associando a preparação de atletas a movimentos musculares, suor e cansaço físico. Assim, comumente tem-se que a imagem corporal de um atleta é o reflexo da modalidade na qual este se dedica, seja num nível amador ou profissional, atrelando-a ao seu desempenho esportivo.

Quando ouvimos que uma pessoa é atleta ou pratica esporte, rapidamente fazemos uma associação ao aspecto físico, imaginando que seus atributos estarão muito mais próximos de um corpo “em forma” do que um sedentário (MÜLLER, 1996). Outra correlação pertinente é a da prática esportiva como promotora de saúde, embora atualmente já seja possível identificar relação tanto de promoção de saúde física e psicológica, quanto de sofrimento mental, sendo assim uma ferramenta fundamental para a compreensão de saúde em um indivíduo (GALATTI *et al.*, 2018).

Deste modo, é possível evidenciar a performance em determinadas modalidades de maneira concomitante com seus atributos físicos. No entanto, quando pensamos em modalidades que não focam prioritariamente o desempenho físico para atingir seu objetivo de vitória, a ideia do que é esporte começa a se embaralhar.

Atletas de tiro com arco, popularmente conhecido como arco e flecha, por exemplo, têm em seu treinamento físico a priorização de músculos agonistas e antagonistas do antebraço, juntamente com estratégias de minimização de interferências externas e estabilização da articulação por meio de sua rigidez (MACHADO *et al.*, 2017). No entanto, a literatura aponta para a importância de desenvolver também um treinamento e uma preparação psicológica para desempenhar esta prática, visando a diminuição de erros e a estabilidade na execução do disparo (ÁLVAREZ; DUARTE, 2021).

Continuando com o exemplo da modalidade acima, a concentração e a ênfase em movimentos precisos e sutis faz com que, visivelmente, não existam grandes demonstrações de força muscular ou atributos físicos em si, que talvez seu corpo não aparente ser o que idealizamos como um “corpo atlético”. Essa noção de exibição e culto ao físico muito está relacionada às origens do esporte e competição esportiva na Grécia, conforme evidenciado no capítulo anterior.

Já nos dias de hoje, uma mente concentrada ou um pensamento estratégico também são partes fundamentais a serem desenvolvidas por um atleta, e aos poucos passam a ser valorizadas enquanto características imprescindíveis para um bom desempenho no esporte (RUBIO, 2006). No entanto, tais elementos muitas vezes não são visíveis ou compartilhados em uma transmissão de vídeo, por exemplo, e acabam por serem dissociados enquanto pertencentes à dinâmica da prática esportiva.

Conforme tal percepção avançava, valorizando os aspectos mentais da prática esportiva, surgem também modalidades que refletem quase que puramente o desempenho cognitivo de um atleta. É o caso do xadrez, que foi oficialmente reconhecido enquanto uma prática esportiva pelo Comitê Olímpico Internacional (COI) em 1999 (THE INTERNATIONAL CHESS FEDERATION, 2020) e destaca a importância de estratégias, raciocínio rápido e capacidade de reação, traços comuns a

outras modalidades físicas, sem necessariamente exigir a força física em si (BOTTENBURG, 2016).

Neste sentido, observa-se que houve um caminho do esporte em direção a ampliar suas concepções, considerando não apenas os atributos físicos, mas outros como estratégia e pensamento lógico.

2.1.4 Esporte físico e a tecnologia

Analisando o esporte enquanto fenômeno social, sabemos que os acontecimentos de cada época influenciam na forma com que a população irá desenvolver e desempenhar as atividades interacionais, inclusive o esporte. Ao olhar para os tempos atuais, é possível ressaltar a relevância da tecnologia para executar as mais diversas tarefas e atividades do dia a dia, seja para se comunicar, estudar, fazer compras ou até mesmo para o entretenimento de forma generalizada.

Assim, a sociedade em que vivemos hoje reage a uma série de avanços tecnológicos, redefinindo prioridades, adaptando rotinas e traçando novos objetivos a partir de tais invenções. Passa a ser impossível imaginar uma vida sem o mundo virtual, seja por seus dispositivos facilitadores, como celulares, televisões e computadores, ou pela rapidez quase instantânea de atividades mediadas por estes, como banco virtual, redes sociais ou buscadores de pesquisa *online*.

Neste mesmo sentido, há de se imaginar que o esporte físico que temos hoje também utiliza de forma proveitosa a tecnologia, visando aprimorar a execução no seu contexto de prática profissional. Em competições de alto nível, por exemplo, é comum a existência de um árbitro de vídeo (VAR), capaz de analisar jogadas difíceis que recém aconteceram e auxiliar na tomada de decisão do árbitro de campo. O uso de tecnologias para a checagem de pontuação em jogo é bastante comum em diversos esportes, como o futebol, o tênis e o vôlei (LOPES, 2020).

Considerando que o mundo esportivo já é familiar com as tecnologias, bem como os atletas e o público que consome o espetáculo do esporte, a regulamentação destas passou a ser algo exigido para as modalidades. Dessa forma, nos adaptamos a ter a tecnologia enquanto aliada ao esporte, promovendo melhorias na performance e desempenho de alto nível, e no espetáculo para o espectador.

Com a popularização do esporte físico, da ampliação de suas modalidades e do reconhecimento enquanto fenômeno para além do aspecto físico da atividade, diferentes olhares para o contexto esportivo acabaram por questionar em que medida é possível denominar algo enquanto esporte. Assim, novas práticas passaram a ser consideradas como pertencentes ao escopo do esporte, adentrando no interesse investigativo das mais distintas áreas de estudo do ser humano.

Considerando que, ao longo da história, diferentes atividades praticadas por culturas distintas acabaram por evoluir em modalidades esportivas regulamentadas, oficializadas e amplamente difundidas, será que poderíamos estar diante de uma nova atividade que, futuramente, também seria considerada esporte?

2.2 O que é esporte eletrônico?

A partir do momento que começamos a considerar modalidades esportivas para além de aspectos de desempenho estritamente físicos, é possível dar espaço a uma gama de questionamentos acerca de quais outras atividades podem ou não ser consideradas esporte. É por meio dessa indagação que jogadores do meio eletrônico passaram a considerar tal possibilidade, tornando o termo aceito e amplamente difundido na comunidade em que se inseriam, ainda que não detalhassem ou concordassem especificamente com a sua definição e requisitos para serem considerados parte do esporte eletrônico.

Independentemente de sua aceitação, esse modo de praticar esporte, também chamado de *eSports*, se inseriu no contexto do esporte físico, como por exemplo na mídia. Recentemente, um canal de transmissão exclusiva de esportes passou a exibir campeonatos e matérias relacionados à sua forma eletrônica. Além disso, clubes esportivos que estão na série A do campeonato brasileiro de futebol passaram a contratar atletas e criar equipes de modalidades de esporte eletrônico para representar sua camisa.

Dessa forma, falar de esporte eletrônico, competições internacionais que movimentam milhões de dólares, com transmissões que alcançam números altíssimos de visualizações, contratação de atletas, torcida e espetáculos de alto nível transmitidos em rede nacional soa como uma utopia distante para quem não é familiarizado com o contexto. Embora pareça ser uma realidade inexistente, o esporte eletrônico já representa uma concretização de conceito não somente para o mundo dos jogos, mas também para a área científica que o investiga enquanto fenômeno esportivo.

Entender de *eSports*, por mais que pareça um termo diferente e muito afastado da realidade da maioria das pessoas que não estão inseridas em seu contexto, não é uma tarefa custosa. No entanto, sabemos que a concepção de esporte eletrônico pode ser estranha a muitas pessoas e, dessa forma, nos propusemos a elucidar a temática de uma forma detalhada e crescente, para que a leitura possa proporcionar o conhecimento necessário para o entendimento do fenômeno em si e da atuação da Psicologia neste.

Iniciaremos essa explicação trazendo aqui um fenômeno por alguns considerado moderno, e por outros parte de uma realidade cotidiana, e que comumente é disseminado atualmente. De certa forma, fomentou o cenário tecnológico e atraiu a atenção de milhares de pessoas para a criação de uma atividade que, posteriormente, se aproximaria do esporte eletrônico. Discutiremos, então, sobre o cenário dos videogames.

2.2.1 O início de uma nova era: a história do videogame

Para os adultos de hoje em dia, falar em videogame pode ser até mesmo nostálgico, considerando que para muitos fez parte do lazer enquanto crianças. Para os mais velhos, ainda que por vezes não saibam muitos detalhes sobre, já tem familiaridade com o termo. Já para os mais novos, se tornou um termo quase arcaico, que remete a um passado distante e escasso de tecnologias modernas. No entanto, é justamente por ser um termo conhecido por todas as idades que faz com que o mencionemos aqui.

Em 1958, surge a primeira ideia de videogame, pelo físico William Higinbotham, processado por um computador analógico, em que replicava uma espécie de jogo de tênis virtual. Contudo, foi em 1968 que surgiu o primeiro console de videogame, desenvolvido e patenteado por Ralph Baer, chamado de “*Brown Box*”. Este console reproduzia diferentes jogos, que simulavam futebol, vôlei e até jogos de tiro, o que o tornou oficialmente a referência do surgimento de videogame na história (GUIMARÃES, 2005). À época, a ideia era criar um entretenimento portátil, separado do computador em si, que nesse momento não era uma máquina compacta como hoje.

Nos anos seguintes, o videogame passou a ser amplamente adotado em diferentes partes do mundo. Novos modelos foram criados e aprimorados ainda no século passado, como os famosos *Atari 2600*, *Mega Drive*, *Super Nintendo* e *Playstation*. Juntamente, algumas franquias de jogos passaram a se popularizar, como *Sonic*, *Final Fantasy*, *Donkey Kong*, *Super Mario* e *Street Fighter*.

A jogabilidade se dava por meio de diferentes dispositivos, a depender da empresa desenvolvedora do console, que, de modo geral, permitiam ao jogador que controlasse as ações e movimentos que apareciam do outro lado da tela. Dessa forma, a pessoa no mundo real poderia re-

alizer movimentos mínimos em seus dedos, ao passo que do outro lado seriam computadas ações de andar, correr, pular, atirar entre muitas outras, que eram propostas dentro do cenário virtual e contexto daquele jogo.

Naquela época, em meados da década de 90, o mundo não poderia sequer imaginar que o videogame evoluiria da forma como se deu nos anos seguintes. Empresas passaram a desenvolver jogos nas mais diversas modalidades, como jogos de simulação de corridas de carro (*Gran Turismo e Need for Speed*), de RPG (*The Legend of Zelda e Diablo*), de plataforma e fases (*Crash, Spyro e Super Mario*), de simulador de tiro (*Resident Evil*), ação (*Tomb Raider*) ou simulador de vida na fazenda (*Harvest Moon*).

Os jogos retratavam uma imensidão de possibilidades, seja com a criação de mundos extremamente fantasiosos ou de realidades distantes, fazendo com que o jogador imergisse em uma história para além do mundo real. Os gráficos e efeitos visuais do videogame, a princípio, deixavam a desejar, mas aos poucos passaram a representar com maior fidedignidade aquele universo virtual.

Conforme a tecnologia apresentava avanços em outras áreas, como o telefone, a televisão ou até mesmo o computador, os videogames também acompanhavam tal processo. Aos poucos, os computadores e celulares também se tornaram conhecidos por disponibilizar os mais diferentes jogos, acompanhando a tendência dos videogames.

Concomitante a esse movimento, a Internet passava a se apresentar para a sociedade. Desde o seu surgimento nos Estados Unidos na década de 70, essa ferramenta de comunicação e conexão virtual começou a fazer parte da realidade mundial, tornando-se uma peça-chave para o desenvolvimento de novas ferramentas para a humanidade (GOETHALS; AGUIAR; ALMEIDA, 2000).

Com o avanço da Internet e das tecnologias como um todo, os anos que se sucederam registraram uma evolução significativa da noção

de ferramentas digitais para o dia a dia da população. Anos atrás, por exemplo, parecia ser impossível que chamadas de vídeo fossem realizadas a partir de um dispositivo móvel, permitindo conectar em tempo real pessoas de partes opostas do mundo.

Da mesma forma, essa tecnologia passou a ser aplicada na área dos videogames, transformando a prática e reformulando um novo conceito: o de jogos eletrônicos. Não mais dependentes de uma plataforma exclusiva para sua execução, os jogos eletrônicos começaram a migrar para aparelhos de celular, tablets e computadores, além da adaptação de consoles populares para versões pequenas e facilmente portáteis.

O avanço dessas plataformas não foi a única transformação na área de desenvolvimento de *games*, sendo acompanhado por tecnologias inovadoras em televisões, monitores, sistemas de som, teclados e demais periféricos, fazendo com que o mercado precisasse se atualizar constantemente. Com o lançamento de um jogo novo com mais recursos, surgia uma tecnologia de mouse com maior sensibilidade de movimento ou fones de ouvido capazes de simular um som ambiente em 360°, por exemplo.

A evolução das tecnologias acompanhava a necessidade de jogadores, ao passo que muitas vezes novas tecnologias abriam as portas para diferentes oportunidades de jogabilidade até então desconhecidas. A inovação era a chave do sucesso para a popularização de um novo estilo de jogo, ou para a repaginação sutil de um nome já altamente comercializado pelo público *gamer*.

No entanto, antes de nos aprofundarmos em questões relacionadas ao mundo dos *games* aliado à *internet* e as novas tecnologias, gostaríamos de elucidar algumas conceituações já mencionadas até aqui, que podem ser fundamentais para o entendimento do nosso foco de estudo, o esporte eletrônico. Assim, nos limitaremos a ao menos diferenciar três

definições que frequentemente se sobrepõem na literatura e na prática do meio virtual: o esporte eletrônico, o videogame e os jogos *online*.

2.2.2 Esporte eletrônico, videogame e jogos online

No universo dos *games*, a delimitação do que é esporte eletrônico ainda não está inteiramente consolidada. Da mesma forma, as conceituações de videogame e jogos online são reconhecidas por fazerem parte desse meio, mas também perpassam por uma ausência de oficialização da terminologia.

Alguns pesquisadores, ao retratar a temática, utilizam estes conceitos de formas diferentes, muitas vezes sem o devido conhecimento de suas aparições na história (GOEDERT; SOARES, 2020). Assim, ainda que existam estudos que busquem identificar aspectos do mundo virtual por uma vertente científica, não há um consenso de qual a melhor forma para designar tais fenômenos.

Isto posto, iremos explicar essas terminologias de modo que façam sentido para o seu contexto histórico, juntamente com o movimento de evolução das tecnologias que foram surgindo na sociedade. Nossa proposta, então, é compará-las e diferenciá-las, para que facilite sua futura utilização em pesquisas e produções de material científico na área. Além disso, pretendemos elucidar o fenômeno contemplando o viés prático, de modo que os jogadores também possam se identificar com as nomenclaturas propostas.

Começaremos, então, com a conceituação de videogame, já evidenciada em detalhes no tópico anterior. Sua característica principal é a utilização de uma interface virtual, mediadora dos movimentos do jogador, que permite a replicação de um comando traduzido em forma de ação de jogo em uma tela. Aqui, a prática está muito mais relacionada a

uma atividade espontânea e de lazer. Inicialmente, estava vinculado a um console, porém, com uma migração que passou a contemplar computadores, celulares e tablets, tornou-se possível a evolução do termo de videogame para jogo eletrônico.

De certa forma, são conceitos praticamente sinônimos, pois se configuram enquanto uma atividade voltada para o mundo virtual, ou seja, mediada por uma interface eletrônica. No entanto, a diferença está que o videogame se restringe ao console, ao passo que jogo eletrônico abarca não somente o console, mas também os outros aparelhos já mencionados, capazes de mediar essa atividade de forma equivalente.

Em sua concepção atual, tanto o videogame quanto os jogos eletrônicos também podem estar conectados a uma rede de Internet, vinculando o jogador ao mundo virtual de maneira instantânea. A partir desse momento, temos então a definição de jogos online. Aqui, ainda que se assemelhe aos conceitos já abarcados anteriormente, inclui, especificamente, uma conexão virtual com um mundo ou servidor compartilhado, de modo que o jogador possa acessar e interagir em tempo real.

O fator *online*, no entanto, não é sinônimo de competitividade, visto que é possível adentrar em jogos de mundo virtual de forma cooperativa, ou apenas para desbloquear novas opções de jogabilidade e compartilhamento. No jogo *online*, ainda é possível manter o caráter *singleplayer* da atividade, ou seja, a jogabilidade individual e mais isolada, bem como no videogame e no jogo eletrônico.

Contudo, ao considerarmos os jogos que se configuram em um contexto de competição, além das características acumuladas dos outros conceitos descritos até aqui, estamos nos referindo ao esporte eletrônico. Dessa forma, temos um estilo de jogo em situação de adversidade (seja um contra um, ou uma equipe contra outra equipe), mediados por uma interface eletrônica (computador, celular ou tablet), que é possibi-

litado por meio de uma conexão virtual comum, a internet (HAMARI; SJÖBLOM, 2017).

De modo geral, temos uma crescente de conceitos, que vão do videogame, jogo eletrônico, jogo *online*, até chegar no esporte eletrônico. No entanto, nos dias de hoje, já é possível observar uma sobreposição dessas definições. O videogame, por exemplo, já pode estar conectado a uma rede de internet, e o jogo *online* também pode apresentar um modo de jogo competitivo, ainda que não seja seu foco.

Embora cientes de uma não linearidade de definições, é importante diferenciar a origem de suas conceituações, até mesmo para entender de que forma estas são possíveis de se entrelaçar no futuro.

Assim, embora no esporte físico seja possível diferenciá-lo mais detalhadamente dos conceitos de atividade física e exercício, no esporte eletrônico ainda há dúvidas quanto à diferenciação de conceitos adjacentes. Tal fato se dá pelo caráter mutável da tecnologia e dos jogos de aspecto eletrônico, que evoluem em uma velocidade crescente e difícil de acompanhar. Assim, o que tomamos como verdade hoje pode acabar se modificando posteriormente, com a apresentação de novas ferramentas tecnológicas.

De acordo com uma revisão bibliográfica feita recentemente (GOEDERT; SOARES, 2020), as publicações de estudos sobre o assunto realmente encontram dificuldades em unificar a nomenclatura. Os resultados evidenciam que o tema ainda não foi amplamente discutido e consentido cientificamente por uma definição comum de esporte eletrônico, existindo um conflito de terminologias adotadas ao longo dos anos, desde as primeiras publicações sobre o assunto (GOEDERT, 2020).

A definição de esporte eletrônico, também conhecido como *eSport*, tem como princípio o conceito do esporte em sua versão tradi-

cional, o esporte físico. Assim, o esporte eletrônico segue a ideia de que, para ser praticado enquanto tal, deve ser voltado para a competição, além de seguir regras preestabelecidas e ser regulamentado por instituições, no caso as empresas desenvolvedoras dos jogos (KANE; SPRADLEY, 2017; SEO; JUNG, 2016).

Embora não possuam uma federação específica para cada modalidade, como o *multiplayer online battle arena (MOBA)* ou o *first person shooter (FPS)*, os esportes eletrônicos contam com as empresas desenvolvedoras de cada jogo. Como exemplo, temos a desenvolvedora *Riot Games (2021)*, que atualmente conta com jogos populares nas modalidades *MOBA (League of legends)*, *FPS (Valorant)*, além de *Auto Chess*, ou estratégia em turnos (*Teamfight Tactics*), e até mesmo em cartas colecionáveis, os *cardgames (Legends of Runeterra)*. Estes jogos são exemplos de cada modalidade, ou seja, existem outros com a mesma proposta e elementos comuns, executados por outras desenvolvedoras. Como exemplo, temos o *Dawn of the Ages 2 (DotA 2)* para modalidade *MOBA*, ou *Counter-Strike: GO (CS:GO)* para a modalidade *FPS*.

É possível observar que ainda não há uma consolidação quanto às variações ou modalidades de esporte eletrônico, visto a pluralidade de possibilidades para descrevê-los (PARK *et al.*, 2016). Outro aspecto que dificulta essa categorização envolve o surgimento demasiado rápido de novos jogos e maneiras de jogar, tornando complicado antever as modalidades de esporte eletrônico antes que elas se popularizem entre os jogadores.

Esse movimento de comunicação, interação e feedback rápidos entre jogadores e as empresas desenvolvedoras de jogos e de tecnologias faz parte do contexto imersivo dos esportes eletrônicos. Neste sentido, o *eSport*, assim como no início do esporte físico contemporâneo, está sujeito a mudanças de regras e formatos de sua prática de acordo com a sua evolução.

Em síntese, uma maneira possível de saber identificar se determinado jogo pode ser considerado um esporte eletrônico é por meio de alguns questionamentos acerca de seu modo de execução. Tais perguntas, quando pensadas em um contexto aplicado ao olhar do jogador, normalmente são capazes de distinguir alguns aspectos que podem ser similares entre um conceito e outro.

A primeira delas é “há interação entre os jogadores?”. E por interação, não estamos falando de uma comparação de escores que produz um ranking permanente de jogos executados em momentos distintos, como nos aplicativos de treino e aprendizagem de idiomas. Aqui, a interação precisa ser feita de forma simultânea, ou seja, para ser considerado esporte eletrônico os jogadores devem estar, ao mesmo tempo, devidamente orientados para aquela mesma atividade.

Outro questionamento é “há pelo menos um jogador em situação de adversidade?” em outras palavras, “há a inferência de um ambiente de competição?”. Para definir se é um esporte eletrônico, é necessário observar se os jogadores, seus rendimentos e performances estão, de alguma forma, sendo comparados para chegar a um vencedor que desempenhou melhor aquela atividade.

A terceira pergunta possível é “o objetivo é o mesmo para os jogadores?”. Em outras palavras, “há uma forma comum de alcançar determinado objetivo preestabelecido?”. Ao entrar em uma partida que se configura enquanto esporte eletrônico, todos os jogadores precisam estar cientes do objetivo necessário para alcançar a vitória, seja compartilhando-o com sua equipe ou disputando-o com seu adversário.

Esses questionamentos elaborados acima, quando respondidos de forma afirmativa, podem levar a classificação de uma prática como esporte eletrônico. No entanto, estas indagações são apenas nortes, visto que não são capazes de responder todas as perguntas acerca desta prática

esportiva que está em constante evolução e cuja conceituação ainda não é oficializada ou consentida entre todos os envolvidos na área esportiva.

A proposta é justamente que consigamos estabelecer um ponto de partida comum para essa conceituação, tanto para concordar quanto para discordar, mas ao menos ter elementos para serem colocados em pauta de forma ordenada e que estruturam os *eSports* para sanar as dúvidas quanto a sua definição enquanto fenômeno. Mesmo assim, ainda é comum que pessoas fiquem em dúvida se estão ou não diante de um esporte eletrônico quando estão jogando por lazer no seu dia a dia.

Para elucidar essa questão, pensemos da seguinte forma. Quando consideramos o esporte físico, sabemos que as modalidades podem ser praticadas em nível profissional, levando a competições de alto nível, ou em nível amador, voltadas para competições informais em escolas ou até mesmo em um grupo de amigos que se encontram para praticar. No esporte eletrônico, a lógica seria a mesma, ou seja, mesmo uma situação informal da atividade ainda pode ser considerada como tal prática.

Destacamos que mesmo nesse exemplo de prática amadora, há os elementos fundamentais que estruturam a prática esportiva, como a competitividade, as regras e a orientação para um objetivo preestabelecido. Respeitando esses fatores, amigos que se reúnem para tal atividade, por exemplo, estão praticando o esporte. Ao passo que se não seguissem tais fatores, no caso do esporte físico, os jogadores poderiam estar diante de um exercício ou até mesmo uma atividade física, com a presença de uma bola.

No esporte eletrônico, entendemos a conceituação de forma semelhante. Considerando que ao adentrar no ambiente de jogo, quando o sujeito busca uma partida no servidor online, é como se estivesse montando um time de desconhecidos. O servidor então aloca essa pessoa com outros jogadores, que também selecionaram previamente o estilo

de jogo pelo qual buscavam formar uma equipe, ainda que especificamente para aquela partida.

Neste exemplo, entendemos que estas pessoas estão exercendo a prática esportiva, pois respeitam o aspecto de competitividade, e estão orientados para os mesmos objetivos e pautados pelas mesmas regras organizadas previamente. Novamente, enfatizamos que, embora não existam critérios oficiais para tal categorização, propomos que sejam avaliados os argumentos básicos de presença de: competitividade, regras preestabelecidas e objetivo comum previamente estipulado.

No que tange a esta oficialização da definição, ainda não podemos prever se o esporte eletrônico seguirá a mesma lógica do esporte físico, ou seja, optando por criar organizações de federação para auxiliar a regulamentar e oficializar a prática de maneira unificada. É difícil pensar em uma instituição neutra como essa, porque cada jogo é regido por uma determinada empresa, que tem poder de decisão sobre a dinâmica do jogo, direitos de uso sobre tal e define os caminhos que este seguirá.

Como vimos anteriormente, o contexto de surgimento do esporte eletrônico permeia uma sociedade mercantil, em detrimento de produtos de entretenimento e competição profissional. Ao invés de ser criado inicialmente pela população, com materiais simples e depois se aproximando de uma estética profissional, o esporte eletrônico surge de empresas de grande porte, que financiam projetos, criam servidores mundiais e disponibilizam o uso para a população.

Assim, esse se torna um aspecto também de diferenciação entre o esporte físico e o eletrônico, ao menos até o presente momento: o fato da prática ser indissociável da empresa criadora e desenvolvedora do jogo. Contudo, esse fator não surte um efeito negativo na popularização da prática entre seus jogadores e consumidores, mas faz justamente o caminho oposto.

Tendo como exemplo o *League of Legends* (LoL), que foi disponibilizado em sua primeira versão no ano de 2009, em 2012 já era organizado o primeiro campeonato considerado nacional e, em 2014, já se oficializava enquanto competição no formato de liga para determinar um campeão brasileiro. Assim, nota-se que os avanços do esporte eletrônico acompanham o ritmo frenético de evolução e difusão da tecnologia.

Outro fator que caracteriza o esporte eletrônico de forma diferenciada é a sua mediação com instrumentos virtuais e interfaces computadorizadas. Assim, além da dependência da empresa desenvolvedora do jogo, é preciso considerar que só é possível jogá-lo com o uso de computadores e celulares, desenvolvidos por outras fabricantes de tecnologia. Deste modo, o esporte eletrônico se configura enquanto segregador do fenômeno social, visto que restringe sua jogabilidade àqueles que possuem também o mediador tecnológico para tal. Além disso, na maioria das vezes, a competitividade dos *eSports* se dá pela conectividade com uma rede de internet, o que a torna ainda mais restrita.

Embora nos dias de hoje o acesso à tecnologia e a informação virtual seja considerado natural para a maioria das pessoas inserida nos grandes centros e países desenvolvidos, há de se ter em mente que existem pessoas em situação de vulnerabilidade ao redor do mundo, que não possuem acesso a esses produtos e serviços, fazendo com que a prática desse esporte esteja vinculada a presença desses recursos.

A desigualdade social passa a ser um elemento de extrema importância para esse contexto, considerando que impossibilita a prática do esporte eletrônico. A Unesco incluiu como direito universal o esporte físico em si, que se configurava de forma diferenciada e de livre acesso na época (TUBINO, 1993). Contudo, é importante promover discussões que se atêm ao caráter social e cultural que permeia o esporte eletrônico, de modo a inseri-lo na realidade de jogadores de diferentes partes do mundo.

Dessa forma, se torna ainda mais imprevisível o caminho que os *eSports* terão no futuro, reforçando a necessidade de proporcionar uma ampla apreciação desses fenômenos a fim de elaborar alternativas viáveis de promoção de oportunidades de prática destes esportes a um volume maior de interessados, já que as empresas e indústrias tecnológicas tendem a se ater aos atuais consumidores e não a um público em potencial que não pratica por motivos estruturais e econômicos. Seria interessante, por exemplo, saber o papel do esporte eletrônico e da sua iniciação em crianças a longo prazo, tal como avaliado no esporte físico.

Embora precisem evoluir enquanto fenômeno social e culturalmente inclusivo, o esporte eletrônico veio para ficar, e sua popularização entre os que o praticam demonstram sua força na população jovem e simpatizante do mundo dos *games*.

Até o presente momento, trouxemos visões acerca de esporte físico e eletrônico, mas mantivemos nosso foco em descrever conceituações que facilitariam a sua definição e compreensão pelo público científico e também para os jogadores. No entanto, no capítulo seguinte trataremos aplicações mais específicas dos esportes, com estudos e pesquisas correlacionando-os com a área da Psicologia, ou com relatos de experiência da prática profissional.

Assim, pretendemos trazer um olhar que abarque a ciência por trás do fenômeno esportivo, considerando discussões atuais e iniciais sobre a temática, mas que se aproximem da realidade que encontramos enquanto profissionais da Psicologia, seja no âmbito da pesquisa ou no exercício da profissão.

3 APLICAÇÕES E DIREÇÕES FUTURAS

O esporte como conhecemos e já retratamos até aqui abarca uma infinidade de conceitos que o compõem, e por isso consideramos que é um fenômeno multifacetado. As características sociais, culturais e tecnológicas do esporte passam a ser constituintes de sua atividade enquanto prática, mas também podem evidenciar a forma ampla em que é possível vivenciar o contexto esportivo.

Demonstraremos assim, os aspectos que delimitam o que vai além da prática esportiva em si, considerando seu alcance enquanto pesquisa, espetáculo e até mesmo profissão, além de ambiente de intervenção possível na Psicologia. A partir dessas concepções, será possível elucidar os aspectos que permeiam os caminhos atuais e futuros do conhecimento científico e prático nessa área.

3.1 Esporte eletrônico: prática e profissão

Desde a época dos videogames, a tecnologia aliada ao lazer e entretenimento era considerada negativa, pois era vista como uma substituta das atividades de viés físico ou de socialização. No entanto, esse aspecto começou a ser relacionado por alguns a um comportamento aditivo e perigoso, que influenciava negativamente seus usuários.

Era comum que famílias abominassem os videogames, e aquelas que incentivavam seu uso para o lazer eram muitas vezes tomadas como irresponsáveis na formação de suas crianças. Observa-se que, muitas vezes, o desconhecimento sobre o mundo virtual dos jogos o colocava em uma condição de tabu.

Por muito tempo, era apenas seu viés negativo que era destacado nas escolas, na mídia e na visão daqueles que não o praticavam. Até mesmo os filmes costumavam exibir personagens caricatos, de pessoas fissuradas no meio virtual, que deixavam de lado o cuidado com a saúde, a aparência ou até mesmo a vida social para passar o tempo no computador ou no videogame.

De certa forma, produções midiáticas e evoluções da tecnologia comumente sofrem uma repercussão negativa no momento de sua introdução ao público, e precisam ter seus aspectos positivos ressaltados para permanecerem presentes na sociedade (MARIANO, 2016). Assim, no caso dos videogames, é comum encontrar pesquisas que apontam para o caráter negativo de sua prática, ainda que tais resultados muitas vezes não apresentem uma precisão. Observa-se assim, uma tendência em caracterizar elementos de jogos a um comportamento agressivo, mesmo que não seja possível afirmar a presença de tal fator sobrepondo-se a um elemento positivo do jogo (GOEDERT, 2018).

Conforme evidencia Leffa *et al.* (2012), a atividade associada ao videogame pode ser equiparada, de certa forma, com a de leitura de um livro ou de escutar uma música, em que o sujeito é transformado pela experiência. O atrativo do videogame pode ser de maior intensidade, mas não é essencialmente bom ou mau, pois depende da experiência e da forma com que o sujeito internaliza aquela vivência.

De forma similar, foi feito um levantamento por Goedert e Soares (2020) acerca do esporte eletrônico e, ainda que as definições não sejam um consenso na literatura, um fator predominante nas publicações sobre o tema diz respeito ao caráter prejudicial de sua prática. No entanto, embora houvesse a presença de estudos que tratassem de comportamento antissociais e delitivos, também foi possível observar outros que abordavam a saúde geral do indivíduo, bem como sexualidade e habilidades cognitivas.

No senso comum, o esporte eletrônico é associado a isolamento e solidão, quando mencionado por pessoas que desconhecem a prática. No entanto, um dos fatores essenciais para que haja a ocorrência do esporte eletrônico é a competitividade, ou seja, a interação entre pessoas tanto em situação adversa de competição, quanto na amistosa de cooperação, em casos de jogos de equipe.

Assim, o sujeito pode parecer isolado aos olhos de quem está no mundo real, mas ao utilizar o computador ou outro aparelho para se conectar a um mundo virtual, de modo a se reunir para um jogo, faz com que sejam identificados aspectos concretos de socialização no esporte eletrônico. Pesquisas já avaliavam a influência da prática esportiva na saúde mental, com os resultados considerando a diferença entre as diversas modalidades esportivas (PLUHAR *et al.*, 2019). Dessa forma, a prática esportiva e a conexão social (seja de forma física ou virtual) são variáveis importantes para compreensão da saúde mental (LAMBLIN *et al.*, 2017).

Da mesma forma, algumas pessoas tendem a associar a temática de armas exibida em jogos de *FPS*, por exemplo, com uma característica violenta na personalidade daqueles que o praticam. No entanto, quando consideramos uma modalidade física que utiliza de artifícios como socos e chutes para a obtenção do objetivo daquela prática, não tendemos a associar a uma personalidade daquele sujeito. Inclusive, é comum que crianças sejam incentivadas a fazer aulas de lutas marciais justamente como forma de controlar sua raiva e comportamentos agressivos.

De modo similar, no esporte eletrônico, aquele indivíduo está utilizando as ferramentas do jogo com intuito de obter o objetivo preestabelecido. Podem ser elementos mais realistas, como no *Counter-Strike*, ou mais fantasiosos, como no *Valorant*. A ideia por trás do jogo é a de que o jogador deve encontrar meios de estratégia, comunicação em equipe e agilidade para vencer a partida. No entanto, somente pelos elementos

gráficos que tal jogo apresenta, ele tende a ser considerado como naturalmente violento, desconsiderando suas características de esporte.

Quanto ao vício, sabemos que o comportamento aditivo pode estar relacionado a atividades por meio de substâncias (álcool, drogas lícitas ou ilícitas e tabaco, por exemplo) ou não, como o caso de adição de comportamento em si (compras, trabalho, jogos, atividades físicas, por exemplo). O comportamento aditivo faz com que as pessoas se tornem dependentes das reações neurofisiológicas dos neurotransmissores, ainda que a manutenção daquela atividade possa apresentar consequências negativas na saúde ou vida social do indivíduo (CIOBANU, 2017).

Assim, ao considerar o ambiente dos jogos eletrônicos, o elemento que difere uma preferência de atividade de uma adição comportamental é o que chamamos de “moeda de troca”. Se o indivíduo utiliza todo o seu tempo, inclusive aquele dedicado para atividades de trabalho ou escola, para realizar aquela atividade, infere-se que tenha indícios de adição comportamental, podendo estar associada a uma dependência, pois está “trocando” momentos essenciais de sua vida social. Para tal, também deve-se atentar a sua relação com outros aspectos de seu contexto social, bem como fenômenos fisiológicos, cognitivos e comportamentais (CIOBANU, 2017).

No entanto, se a pessoa gasta seu tempo livre, de lazer ou socialização no ambiente virtual, intercalado com outras atividades ao longo do dia, passa a ser considerado apenas uma preferência de gastar o tempo. Outro movimento que influencia na forma que o *eSport* é investigado, consiste no fato de que, nos dias atuais, ele também é considerado uma profissão.

No início, a possibilidade mais atrativa para ingressar no esporte eletrônico de forma profissional era se tornando um atleta daquela modalidade, os chamados *proplayers*. Neste cenário, o jogador era contrata-

do por uma organização, que se assemelha aos clubes esportivos, e a partir de então engajava-se em uma rotina árdua de treinos, estudos táticos e preparação mental para desempenhar a atividade em um campeonato.

Posteriormente, com a popularização da formação de atletas profissionais no esporte eletrônico, surgiram outras atuações na área. É o caso de figuras públicas, como *streamers* ou influenciadores digitais, que podem ser independentes ou contratados por uma empresa de eSports. Neste caso, o conteúdo produzido é em forma de entretenimento, não necessariamente focado na melhor performance, por meio de conteúdos em forma de vídeos ao vivo (*streaming*), de promoção da mídia social da empresa, entre outras possibilidades.

Como resultado de tal profissionalização, as organizações passaram a dar espaço também à movimentação de outras áreas de atuação. Com o intuito de melhorar o rendimento de seus atletas, passou-se a priorizar uma equipe de preparação capaz de abarcar as mais diferentes áreas, como psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, além de profissionais voltados para o cuidado com a imagem da empresa e a produção de conteúdo, como marketing, editores de vídeo e criadores de conteúdo.

Dessa forma, temos que a profissionalização do esporte eletrônico vem abrindo espaço não somente para um mercado em ascensão, mas também para uma futura profissão para crianças da nova geração. Esse caminho é promissor para que o *eSport* se torne uma atividade abrangente, e passe a se aproximar de um fenômeno esportivo multifacetado, tanto social quanto culturalmente.

3.2 O esporte enquanto campo de pesquisa em Psicologia

Já evidenciamos até aqui a complexidade que permeia o ambiente esportivo voltado para a Psicologia, trazendo aspectos pertinentes que compõem um olhar abrangente da prática e seus praticantes. Agora traremos uma visão específica para a pesquisa sobre esporte na Psicologia, enfatizando formas de vislumbrar o meio esportivo por diferentes perspectivas e, ainda, contribuir com o conhecimento científico.

Assim, apresentaremos a seguir alguns estudos realizados recentemente no espectro da Psicologia do Esporte, considerando variáveis relacionadas a temáticas atuais que afetam os jogadores desse contexto e que, com as devidas considerações, podem abrir caminhos para a intervenção prática na área.

3.2.1 *League of Legends*, valores humanos e personalidade

Considerado o jogo *MOBA* mais popular no cenário dos *eSports*, o *League of Legends* (LoL) atualmente contempla cerca de 115 milhões de jogadores ativos mundialmente. Seus campeonatos mundiais são bastante populares, e em 2018 chegaram a 99,6 milhões de espectadores únicos ao redor do mundo. O seu formato de jogo consiste em duas equipes de cinco jogadores, que disputam território em um mapa por três rotas principais que levam à base do adversário, tendo como meta destruir a instalação inimiga até chegar em seu nexus. A equipe que atingir esse objetivo primeiro, ganha o jogo.

O mundo do *LoL*, no entanto, não se resume a partidas competitivas, sendo aqui configurado como um ambiente de espetáculo e entretenimento, contando com transmissões oficiais e não oficiais de jogo, além de influenciadores que produzem diversos conteúdos relacionados ao cenário. Inserido na categoria de esporte coletivo, esse jogo conta com

uma comunidade bastante expressiva, mas também conhecida por sua toxicidade e comportamento ofensivo durante as partidas, o *rage*.

Embora enfatizados em seus elementos negativos, um estudo feito em 2018 buscou relacionar de que forma os aspectos de jogo refletiam nos traços de personalidade e na construção de valores de tais jogadores (GOEDERT, 2018). Assim, foi feito um levantamento por meio de questionários sociodemográficos com o intuito de caracterizar quem eram esses jogadores, além de escalas psicológicas de mensuração, contendo o Inventário dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade (ICGFP) (ARAÚJO, 2013) e o Questionário dos Valores Básicos (QVB) (GOUVEIA, 2003). Falaremos um pouco desses construtos a seguir.

A personalidade é considerada um importante conhecimento psicológico acerca dos seres humanos, sendo estudada por diversos pesquisadores ao longo da história. Aqui foi utilizada a perspectiva de Costa e McCrae (1992), que considera o modelo dos Cinco Grandes Fatores, que categoriza a personalidade enquanto expressão do indivíduo por meio de cinco traços, sendo eles: extroversão, neuroticismo, amabilidade, conscienciosidade e abertura à mudança.

Já os valores humanos tiveram como embasamento teórico a Teoria Funcionalista dos Valores Humanos, proposta por Gouveia em 1998, que buscava defini-los de forma contemplativa e inovadora (GOUVEIA, 1998, 2013). Em sua concepção, entende-se os valores enquanto princípios-guias que orientam os comportamentos e representam cognitivamente as necessidades humanas.

Tais aspectos são explicados por meio de seis subfunções valorativas, sendo elas: experimentação, suprapessoal, interativa, realização, existência e normativa. Cada uma das subfunções pode ser contemplada por meio de três descritores, respectivamente: emoção, prazer e sexualidade; beleza, conhecimento e maturidade; afetividade, apoio social e

convivência; êxito, poder e prestígio; estabilidade, saúde e sobrevivência; e obediência, religiosidade e tradição (GOUVEIA, 2013).

As prioridades valorativas auxiliam na compreensão de como o sujeito lida com as situações do cotidiano, inclusive em aspectos de natureza comportamental e emocional. Na pesquisa realizada por Goedert (2018), foram consideradas apenas as respostas de pessoas que relatavam jogar *League of Legends*. De modo geral, os resultados dessa pesquisa demonstraram que a subfunção valorativa menos predominante nesse público de jogadores foi a normativa, que diz respeito à baixa priorização de regras como influentes na tomada de decisão de um comportamento. Uma possível justificativa seria a alta frequência de atualização do jogo, que exige uma flexibilidade dos jogadores frente às estratégias de jogo.

Em relação à personalidade, observou-se uma maior predominância no traço de amabilidade, ou seja, a forma que tais indivíduos agem uns com os outros é voltada para a interação e o bem-estar do outro. No contexto desse esporte, entende-se que há um incentivo para a interação entre jogadores, visto que o trabalho em equipe é altamente incentivado, fazendo com que a jogabilidade seja recompensada por uma boa comunicação e cooperação entre os membros de uma equipe.

Contudo, também se observou que as mulheres apresentam um menor traço de extroversão em comparação aos homens. Esse fato pode ser explicado pela discrepância entre os grupos frente ao machismo nos jogos, visto que frequentemente mulheres sofrem assédio ou são alvos de ofensas nesse ambiente de jogo, fazendo com que possam se sentir mais propensas a manterem-se reservadas.

Essa pesquisa traz importantes concepções acerca do esporte eletrônico, em específico do *League of Legends*, pois o estuda considerando aspectos psicológicos como um todo, e não somente com um viés tendenciosamente negativo. Assim, retrata-se a importância de associar o

contexto de jogo enquanto mais um ambiente de socialização e ação do sujeito, como tantos outros.

Uma discussão da temática é realizada por Mullan (2018), que demonstra o movimento de migração de atividades cotidianas de crianças para o meio eletrônico. Enfatiza-se que, embora haja um aumento do uso de telas no dia a dia, tal fato não se dá por uma substituição de atividades como leitura, interação social ou responsabilidades da escola, por exemplo, mas sim uma troca do meio pelo qual estas são executadas.

Nesse sentido, enfatiza-se que ao colocar os *eSports* enquanto campo de estudo, deve-se ter uma leitura completa da atividade, considerando-o enquanto um fenômeno esportivo multifacetado. O olhar para suas características sociais e culturais atribui a imparcialidade necessária para que a investigação traga resultados pertinentes para a ciência, proporcionando assim um material de literatura capaz de auxiliar os profissionais da área a atualizarem-se, bem como os jogadores a serem levados a sério.

3.2.2 Saúde e bem-estar no esporte coletivo

Quando se trata de esporte físico, facilmente é possível obter informações acerca de aspectos de promoção de saúde, considerando os benefícios de uma prática frequente ou de seu incentivo em fases iniciais da vida. De fato, o esporte assume uma função de integração social concomitante ao entretenimento cultural, tornando-o um ambiente mais amplo do que sua prática em si (GALATTI *et al.*, 2018).

De acordo com Tiedemann (2020), o esporte pode ser compreendido como uma atividade cultural em que pessoas interagem entre si para comparar suas habilidades motoras aprendidas, de acordo com a regra social estabelecida para tal atividade. A depender do objetivo do esporte, este pode estar centrado tanto em uma relação de compe-

titividade entre duas pessoas, quanto entre grupos de pessoas. É dessa forma que se identificam as modalidades de esporte como sendo individuais ou coletivas.

A concepção de esporte coletivo também se enquadra em preceitos de integração, que são amplamente difundidos no senso comum enquanto fatores eliciadores de um bem-estar no sujeito que o pratica. Ainda que contemplem elementos de socialização positivos, a interação esportiva também pode propiciar situações estressoras, a depender da forma com que o esporte é vivenciado por cada atleta.

Considerando esses elementos, um estudo recente (GOEDERT, 2020) buscou entender de que forma os aspectos psicológicos estão presentes em jogadores de esportes coletivos, considerando aqui tanto o físico quanto o eletrônico. Dessa forma, foi possível investigar de forma igual e imparcial os elementos que constituem tais atividades, sem preconcepções negativas ou positivas frente ao tipo de esporte.

O estudo considerou os conceitos de bem-estar subjetivo, além de indicadores de saúde psicológica, como depressão, ansiedade, estresse e conexão social. Na Psicologia, o bem-estar subjetivo é caracterizado por uma noção globalizada de bem-estar associada à saúde física e mental, por meio da concepção e do julgamento que cada indivíduo faz de suas condições de vida. Assim, são considerados aspectos afetivos e de satisfação com a vida, presentes na sua percepção frente à sua situação de vida (ALBUQUERQUE; SOUSA; MARTINS, 2010).

A depressão, a ansiedade e o estresse são considerados, nesta pesquisa, a partir de uma concepção de saudável, ou seja, da identificação de níveis considerados esperados de tais conceitos. Assim, é a partir da percepção do indivíduo de tais fatores que, quando acima do esperado, se configuram enquanto prejudiciais à saúde (PATIAS *et al.*, 2016).

Por fim, a conexão social diz respeito à forma com que um indivíduo se sente pertencente a um determinado grupo, considerando sua habilidade de se conectar a outros. Assim, entende-se que o senso de conexão seria responsável por direcionar sentimentos, pensamentos e comportamentos em situações sociais, podendo influenciar a forma com que um sujeito se identifica e se relaciona com situações do meio em que está inserido (LEE; ROBBINS, 1998). Todos os construtos listados foram avaliados em praticantes de esportes coletivos, físico e eletrônico. Para tal, foram apresentadas medidas de autorrelato, ou seja, instrumentos que mensuravam essas concepções por meio das respostas dos respondentes. Por meio de análises quantitativas, foi possível colocar em evidência resultados que apontam para a relação dos aspectos psicológicos com a prática esportiva.

De modo geral, o estudo mostrou que há diferenças frente à percepção do ambiente virtual e real, fazendo com que elementos associados aos valores de interação dos indivíduos fossem afetados. Tem-se aqui a importância de considerar que os fatores de interação ocorrem de forma diferente nestes ambientes, não necessariamente pelas variáveis de jogo, mas podendo contemplar as variáveis externas como espectadores, contato corpo a corpo ou estrutura física (ou virtual) em que ocorre a prática.

Ainda, foi possível perceber que jogadores que se comportam mais coletivamente apresentam maior senso de pertencimento, conexão e se sentem melhor durante a prática, além de jogadores de esporte eletrônico apresentarem menor pontuação em valores normativos do que os de esporte físico. Tal aspecto pode nos levar para o anonimato do meio virtual, que não pune condutas antiesportivas de uma forma moral, ao passo que no ambiente real o jogador pode sofrer retaliações sociais por desobedecer a regras durante a prática esportiva.

Assim, ressalta-se também a importância de incentivar a comunidade e as empresas desenvolvedoras dos jogos para manterem um comportamento saudável, seja por meio de recompensar atreladas ao *fair-play*, ou com punições mais severas para a conduta desrespeitosa. Da mesma forma, promover maior integração por meio de comportamentos coletivos em jogo pode fazer com que os praticantes desenvolvam maiores níveis de pertencimento e conexão uns com os outros.

Neste sentido, por meio desse levantamento também foi possível identificar que os jogadores de esporte eletrônico consideram que a prática é menos importante do que o esporte físico. Além disso, é mais comum que jogadores de esporte físico se insiram em campeonatos organizados, do que os de esporte eletrônico.

Aqui observa-se que, não somente os pesquisadores, mas também os jogadores precisam compreender o fenômeno dos *eSports* enquanto uma atividade para além de um mero entretenimento. Até mesmo as instituições que promovem campeonatos podem ser contempladas nessa crítica, pois é preciso que haja um incentivo para que os jogadores passem a considerar uma carreira profissional ou que se procurem se engajar em praticar o esporte com mais seriedade.

A partir dos estudos mencionados acima, evidencia-se que a imparcialidade no olhar que embasa a pesquisa científica é fundamental para o surgimento de novas concepções positivas acerca do esporte eletrônico. Ainda que seu ambiente tenha aspectos negativos, como o *rage*, é imprescindível que sejam contemplados também os positivos, como a socialização, de modo que sejam criadas propostas de intervenção para amenizar ou promover, respectivamente, os elementos constituintes da prática em prol dos jogadores.

É por meio do desenvolvimento de tais pesquisas que os profissionais e estudiosos da área podem ter acesso a comprovações científicas

da temática, aliando-as ao conhecimento advindo da prática. Assim, estabelecemos um ambiente de troca, que permite a explicação de fenômenos e o avanço em novas intervenções.

3.3 Esporte enquanto campo de intervenção em Psicologia

Ao mencionarmos a intervenção em Psicologia, é comum que a população geral resuma o trabalho desse profissional ao acompanhamento clínico de uma psicoterapia individual. No entanto, após os delineamentos feitos até o presente momento, já sabemos que a trajetória de um profissional de Psicologia não é uma simples e finita atuação, e contempla fatores que vão muito além do que se aprende no curso de graduação. Em suma, é possível fazer planos de intervenção individuais ou em grupo, atendendo a demandas das mais variadas modalidades. Ainda, a Psicologia do Esporte está presente não somente no viés de rendimento esportivo, mas contempla também áreas sociais voltadas para a inserção ou reaproximação do esporte.

Outra possibilidade é a de intervir no campo de pesquisa, conforme abordado previamente neste capítulo, produzindo estudos que busquem fornecer informações para subsidiar a prática (por exemplo, como as dimensões psicológicas afetam ou divergem em grupos distintos de atletas) ou criar ferramentas para mensuração dos construtos psicológicos considerando especificamente as necessidades e especificidades dos praticantes de esportes. Ainda, pode-se dedicar-se ao campo de capacitação profissional, voltando-se para a formação de novos profissionais que tenham interesse em complementar e expandir os conhecimentos que atrelam a Psicologia e o Esporte.

Com isso, optamos por trazer algumas percepções que, somadas ao que já foi apresentado até aqui, podem guiar aqueles que se interessem em adentrar na prática profissional.

3.4 Os primeiros passos na Psicologia do Esporte – relato pessoal de experiências profissionais¹

Por se tratar de uma área que advém da Psicologia, o profissional da Psicologia do Esporte precisa ter como ponto de partida essa formação de nível superior. No entanto, cada instituição tem seus enfoques, sejam eles de priorizar a pesquisa, a prática ou uma junção equilibrada de ambos, fazendo com que haja diferentes meios de iniciar-se na perspectiva do Esporte.

Tal aspecto não deve ser encarado de forma negativa, pois a multiplicidade da formação em Psicologia pode resultar em uma variedade de percepções e atuações no contexto esportivo. Assim, a ciência e o conhecimento em Psicologia do Esporte podem abarcar mais fenômenos, se debruçar frente a novos dilemas e encontrar novas formas de intervir na atividade que engloba o fenômeno esportivo.

Considerando a ampla possibilidade de formações, trarei aqui um relato a partir da minha vivência enquanto profissional da área. Os desafios iniciais, as dúvidas e de que forma passei a compreender os fenômenos que envolvem a Psicologia do Esporte, enquanto acadêmica da graduação e posteriormente pesquisadora e profissional na área.

Durante a formação acadêmica, nem sempre as universidades terão grade curricular para dar suporte em uma área específica como a Psicologia do Esporte, da forma como ela deve ser lecionada. Muitos cursos acabam por delegar a temática para professores que não têm a devida formação, e acabam por não saber direcionar o aluno que tem interesse em seguir nessa área de atuação.

No meu caso, encontrei professoras inspiradoras que, ainda que não possuíssem a formação, me incentivaram a buscar o conhecimento

¹ Capítulo escrito pela autora Maria Celina Ferreira Goedert.

da Psicologia do Esporte em uma atuação que lhes era familiar: a escolar. O resultado foi imensamente enriquecedor, e me abriu as portas para uma abordagem voltada para o social, que posteriormente eu entenderia que era apenas uma das formas de vivenciar a Psicologia do Esporte. Posteriormente à graduação, recebi algumas propostas de projetos sociais nas mais diversas modalidades. Aceitei todos, e cada um deles me proporcionou um aprendizado acerca de três aspectos: expectativa, confiança e autonomia.

Primeiramente, ao começar a trabalhar em determinada equipe, apareciam milhares de demandas do responsável pelo contato e, frequentemente, a demanda de um campeonato importante que se aproximava. Na primeira vez que ouvi, me deixei levar pela empolgação em ser procurada, visto que onde moro não há muito incentivo para o esporte. Considerava que a equipe estava elevando seu modo de se estruturar, dando a devida importância para a Psicologia.

No entanto, com o tempo e com algumas observações de treino, ou conversas com membros da diretoria, notei que nem sempre estavam abertos para a intervenção psicológica. Se apresentar em um time, explicar um pouco da Psicologia do Esporte e demonstrar de que forma tais problemas podem ser trabalhados gera uma grande surpresa, principalmente se as pessoas não tiveram um contato com profissional da Psicologia do Esporte. Por vezes eu ouvia relatos de que era impressionante como eu era capaz de “adivinhar” o que estava acontecendo de forma tão precisa e detalhada.

Aqui, destaco a importância de difundir o conhecimento da Psicologia do Esporte nas demais áreas de envolvidas com o contexto esportivo, como educação física, fisioterapia ou medicina, até mesmo em grupos de atletas. O fato de que meu trabalho era considerado “adivinhação” tira seu caráter científico e explicativo. Não foi uma mera sensação que tive ao observar os atletas, foram anos de estudo e pesquisa na área,

conhecimento acerca do funcionamento de grupos, de noção institucional, de rendimento individual e por aí vai.

A mensuração do conhecimento psicológico parece ser dificilmente palpável para pessoas que estão inseridas em áreas mais concretas no esporte. Uma lesão é visível, um condicionamento físico defasado pode ser percebido com alguns minutos de treino, uma melhora no rendimento pode ser associada a uma vitória. No entanto, aspectos psicológicos podem, por vezes, ser confundidos com essas e outras infinitas situações do esporte, e cabe ao psicólogo do esporte fazer esse direcionamento.

A confiança é fundamental nesse ponto, pois membros que não veem potencial no acompanhamento psicológico ou no treinamento de habilidades cognitivas em atletas acabam por não acreditar nos resultados psicológicos. Já me deparei com situações, após intervenções psicológicas em atletas que obtiveram bons resultados em treinos ou competições, em que o trabalho psicológico não foi considerado um fator principal atribuído ao desempenho desse atleta, sendo substituído por “perseverança”, “sorte” ou “trabalho duro”.

Quando atuamos em uma equipe em que todos ali confiam no seu trabalho, a relação passa a ser de troca, em que treinadores se sentem à vontade para lhe procurar caso vejam algum aspecto a ser melhorado, ou que um atleta possa chegar até você com uma demanda mais específica de determinada vulnerabilidade. Ao perceberem que o trabalho de um psicólogo do esporte é um processo e não uma intervenção pontual, entende-se que há altos e baixos, mas que os objetivos estão devidamente alinhados com os da equipe.

Por fim, destaca-se aqui a autonomia que, somada aos dois aspectos mencionados anteriormente, torna-se essencial para um trabalho completo. Sabe-se que, muitas vezes, é preciso ceder a algumas deman-

das que surgem de uma instituição esportiva, formando um acordo de intervenção que encaixe nos objetivos daquelas pessoas quanto na sua possibilidade de atuação.

No entanto, ao longo do processo é possível surgir novas demandas para além daquela proposta pela instituição, seja vinda dos pais, técnicos ou dos próprios atletas, e é essencial que o psicólogo do esporte esteja aberto a essa escuta. Aqui, passa a ser crucial a autonomia profissional, visto que por vezes é na análise psicológica que ocorre durante o processo de intervenção que são vislumbradas situações de conflitos entre as pessoas envolvidas naquele grupo.

Assim, um profissional com autonomia pode identificar quais partes precisam ser trabalhadas e apontar os erros e acertos com mais parcimônia, sabendo que terá a liberdade de colocar o bem-estar esportivo acima de situações como preferências de certos atletas ou acordos internos. Ainda que existam novas exigências, na prática, o processo é mais delicado e envolve variáveis imprevisíveis ao olhar teórico. No entanto, não pretendemos encerrar as possibilidades apenas com esses exemplos.

O objetivo é provocar discussões e eliciar novas propostas de intervenção, sempre pautadas na pergunta “Qual o papel da Psicologia do Esporte?”. Assim, não queremos encontrar uma resposta final para tal questionamento, mas sim gerar novas indagações devidamente embasadas cientificamente, para que seja possível acompanhar o movimento do esporte enquanto fenômeno multifacetado e em constante mudança.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, F. J. B.; SOUSA, F. M.; MARTINS, C. R. Validação das escalas de satisfação com a vida e afetos para idosos rurais. **PSICO**, Porto Alegre, v. 41, n. 1, p. 85-92, 2010.

ÁLVAREZ, Z. B. B.; DUARTE, R. B. Diagnóstico de la preparación psicológica de arqueros. **Acción**, v. 17, p. 1-5, 2021. Disponível em: <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/168>. Acesso em: 20 jan. 2022.

ALVES, A. L. A. **Emoção e sua regulação na iniciação esportiva**: a perspectiva de atletas de natação, pais e treinadores. 2018. 83 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

ANDREOLI, M. A.; OLIVEIRA, T. C.; FONTELES, D. S. R. Um panorama das intervenções comportamentais para tratar estresse e ansiedade em atletas: revisão bibliográfica. **Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 85-115, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-03072020000100006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 jan. 2022.

ARAÚJO, R. C. R. **As bases genéticas da personalidade, dos valores humanos e da preocupação com a honra**. 2013. 161 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2013.

BALAGUÉ, N. *et al.* Sport science integration: an evolutionary synthesis. **European Journal of Sport Science**, Colônia, v. 17, n. 1, p. 51-62, 2016.

BISHOP, D. An applied research model for the sport sciences. **Sports Medicine**, Auckland, v. 38, n. 3, p. 253-263, 2008. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.2165/00007256-200838030-00005#article-info>. Acesso em: 20 jan. 2022.

BOTTENBURG, M. Além da difusão: o esporte e sua reconstrução em contextos transculturais. **Record**: Revista de História do Esporte, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 1-18, 2016.

CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E.; CHRISTENSON, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public health reports**, Washington, v. 100, n. 2, p. 126-131, 1985.

CIOBANU, L. **Comportamentos aditivos nos alunos do ensino secundário do ACES Estuário do Tejo: jogo eletrónico**. 2017. 110 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Escola Nacional de Saúde Pública, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, 2017.

COAKLEY, J. **Sports in Society: issues and controversies**. 13. ed. St. Louis: McGraw-Hill Education, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP Nº 014/2000**. Institui o título profissional de Especialista em Psicologia e dispõe sobre normas e procedimentos para seu registro. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 20 dez. 2000. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2006/01/resolucao2000_14.pdf. Acesso em: 20 jan. 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP Nº 013/2007**. Institui a Consolidação das Resoluções relativas ao Título Profissional de Especialista em Psicologia e dispõe sobre normas e procedimentos para seu registro. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 14 set. 2007. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2008/08/Resolucao_CFP_nx_013-2007.pdf. Acesso em: 20 jan. 2022.

COSTA, P. T.; MCCRAE, R. R. Four ways five factors are basic. **Personality and individual differences**, Oxford, v. 13, n. 6, p. 653-665, 1992.

DE ROSE JUNIOR, D. História e evolução da psicologia do esporte. **Revista paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 6, n. 2, p. 73-78, 1992.

DI PIERRO, C. Mulher e esporte: uma perspectiva de compreensão dos desafios do Ironman. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 01-22, 2007.

ELIAS, N.; DUNNING, E. **A busca da excitação**. Lisboa: Memória e Sociedade, 1992.

FERREIRA, V. O. C. **O legado esportivo dos Jogos Olímpicos Rio 2016**: uma análise da Rede Nacional de Treinamento. 2021. Dissertação (Mestrado em História, Política e Bens Culturais) – Escola de Ciências Sociais da Fundação Getúlio Vargas, Fundação Getúlio Vargas, Rio de Janeiro, 2021.

GALATTI, L. R. **Esporte e clube sócio esportivo**: percurso, contextos e perspectivas a partir de estudo de caso em clube esportivo espanhol. 2010. Tese (Doutorado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.

GALATTI, L. R. *et al.* Esporte contemporâneo: perspectivas para a compreensão do fenômeno. **Corpoconsciência**, Cuiabá, v. 22, n. 3, p. 115-127, set./dez. 2018.

GIGLIO, S. S. **COI x FIFA**: a história política do futebol nos jogos olímpicos. 2013. Tese (Doutorado em Pedagogia do Movimento Humano) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013. Disponível em: doi:10.11606/T.39.2013.tde-21012014-133735. Acesso em: 20 jan. 2022.

GIGLIO, S. S. *et al.* Desafios e percalços da inserção da mulher nos Jogos Olímpicos (1894-1965). **Recorde**: Revista de História do Esporte, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 1-22, 2018.

GOEDERT, M. C. F. **Correlatos valorativos e da personalidade: um estudo com jogadores de League of Legends.** 2018. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2018.

GOEDERT, M. C. F. **Comportamento em esportes coletivos: avaliando a relação entre valores humanos, bem-estar e conexão social.** 2020. 133 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Ciências Humanas, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2020.

GOEDERT, M. C. F.; SOARES, A. K. S. Esporte eletrônico: revisão sistematizada da produção de conhecimento em psicologia. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 37, n. 97, p. 398-415, 2020.

GOETHALS, K.; AGUIAR, A.; ALMEIDA, E. **História da Internet.** 2000. Dissertação (Mestrado em Gestão da Informação) – Faculdade de Engenharia, Universidade do Porto, 2000.

GOSTLIN, J. **The Digital Generation: Exploring the Effects and Creation of Collegiate E-sports Programs.** 2021. Dissertação (Mestrado) – Eastern Illinois University, 2021.

GOUVEIA, V. V. **La naturaleza de los valores descriptores del individualismo y del colectivismo: una comparación intra e intercultural.** 1998. Tese (Doutorado) – Universidad Complutense de Madrid, 1998.

GOUVEIA, V. V. A natureza motivacional dos valores humanos: evidências acerca de uma nova tipologia. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 8, n. 3, p. 431-443, 2003.

GOUVEIA, V. V. **Teoria funcionalista dos valores humanos: fundamentos, aplicações e perspectivas.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013.

GRAÇA, A. Os contextos sociais do ensino e aprendizagem dos jogos desportivos coletivos. *In*: NASCIMENTO, J. V.; RAMOS, V.; TAVARES, F. **Jogos Desportivos: formação e investigação**. Florianópolis: UDESC, 2013. v. 4, p. 79-102.

GUIMARÃES, F. F. **Um Jogo de Luta Online**. 2005. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Graduação em Ciências da Computação) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005.

HAMARI, J.; SJÖBLOM, M. What is eSports and why do people watch it. **Internet Research**, Hong Kong, v. 27, n. 2, p. 211-232, 2017.

KANE, D.; SPRADLEY, B. D.; Recognizing ESports as a sport. **The Sport Journal**, Alabama, v. 20, p. 1-9, 2017.

KAVUSSANU, M.; SEAL, A. R.; PHILLIPS, D. R. Observed prosocial and antisocial behaviors in male soccer teams: Age differences across adolescence and the role of motivational variables. **Journal of Applied Sport Psychology**, Cardiff, v. 18, n. 4, p. 326-344, 2006.

LAMBLIN, M. *et al.* Social connectedness, mental health and the adolescent brain. **Neuroscience & Biobehavioral Reviews**, New York, v. 80, p. 57-68, 2017.

LANE, S. T. M. **O que é psicologia social**. São Paulo: Brasiliense, 1981.

LEE, R. M.; ROBBINS, S. B. The relationship between social connectedness and anxiety, self-esteem, and social identity. **Journal of Counseling Psychology**, Washington, v. 45, n. 3, p. 338-345, 1998.

LEFFA, V. J. *et al.* Quando jogar é aprender: o videogame na sala de aula. **Revista de Estudos da Linguagem**, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 209-230, 2012.

LOPES, I. M. C. A. S. **O papel das tecnologias de informação no apoio à arbitragem no hóquei em patins.** 2020. Dissertação (Mestrado em Gestão de Sistemas de Informação) – Departamento de Ciências e Tecnologias da Informação, Instituto Universitário de Lisboa, 2020.

MACHADO, N. T. *et al.* Coordenação no tiro com arco: diferenças entre o iniciante e o atleta de nível internacional. **Arquivos de Ciências do Esporte**, Uberaba, v. 5, n. 1, 2017.

MALLETT, C. J.; LARA-BERCIAL, S. Serial winning coaches: People, vision, and environment. *In*: RAAB, M. *et al.* (ed.). **Sport and exercise psychology research: from theory to practice.** Londres: Academic Press, 2016. p. 289-322.

MARIANO, T. E. **O impacto dos videogames nas cognições pró e antissociais.** 2016. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Departamento de Psicologia, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016.

MARKUNAS, M. Periodização da preparação e do treinamento psicológico. *In*: RUBIO, K (org.). **Psicologia do Esporte: teoria e prática.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003. p. 33-55.

MENDES, F. G. **A trajetória esportiva de atletas de categorias de formação no voleibol brasileiro.** 2017. 124 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2017.

MULLAN, K. Technology and children's screen-based activities in the UK: The story of the millennium so far. **Child Indicators Research**, Jerusalém, v. 11, n. 6, p. 1781-1800, 2018.

MÜLLER, U. Esporte e mídia: um pequeno esboço. **Revista Brasileira de Ciências do esporte**, Campinas, v. 17, n. 3, p. 212-219, 1996.

NAKANO, T. C.; PEIXOTO, E. M. **Psicologia positiva aplicada ao esporte e ao exercício físico**. São Paulo: Vetor Editora, 2020.

NIXDORF, I.; FRANK, R.; BECKMANN, J. Comparison of athletes' proneness to depressive symptoms in individual and team sports: Research on psychological mediators in junior elite athletes. **Frontiers in psychology**, Bruxelas, v. 7, p. 1-8, 2016.

OWEN, K. B. *et al.* Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. **Preventive medicine**, Montreal, v. 67, p. 270-279, 2014.

PARK, J. H. *et al.* Correlations among social anxiety, self-esteem, impulsivity, and game genre in patients with problematic online game playing. **Psychiatry investigation**, Seoul, v. 13, n. 3, p. 297-304, 2016.

PATIAS, N. D. *et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21)-short form: adaptação e validação para adolescentes brasileiros. **Psico USF**, Bragança Paulista, v. 21, p. 459-469, 2016.

PLUHAR, E. *et al.* Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. **Journal of sports science & medicine**, Bursa, v. 18, n. 3, p. 490-496, 2019.

RIOT GAMES. **Nossos jogos**. Los Angeles, 2021. Disponível em: <https://www.riotgames.com/pt-br>. Acesso em: 20 jan. 2022.

RODRIGUES, A.; ASSMAR, E. M. L.; JABLONSKI, B. **Psicologia Social**. 32. ed. Petrópolis: Vozes, 2018.

ROWE, D. Cultural citizenship, media and sport in contemporary Australia. **International review for the sociology of sport**, Londres, v. 53, n. 1, p. 11-29, 2016.

RUBIO, K. **Psicologia do esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

RUBIO, K. Origens e evolução da psicologia do esporte no Brasil. **Biblio 3W. Revista Bibliográfica de Geografia Y Ciencias Sociales**, Barcelona, v. 7, n. 373, 2002.

RUBIO, K. O imaginário da derrota no esporte contemporâneo. **Psicologia & Sociedade**, São Paulo, v. 18, p. 86-91, 2006.

RUBIO, K. Da psicologia do esporte que temos à psicologia do esporte que queremos. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 01-13, 2007.

RUBIO, K.; SIMÕES, A. C. De espectadoras a protagonistas – A conquista do espaço esportivo pelas mulheres. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, Porto Alegre, v. 5, n. 11, p. 50-56, 1999.

RUBIO, K. *et al.* Women and sport in Brazil. *In*: D'AMICO, R. L.; BENN, T.; PFISTER, G (ed.). **Women and Sport in Latin America**. Abingdon: Routledge, 2016. p. 69-78.

RUBIO, K.; VELOSO, R. C. As mulheres no esporte brasileiro: entre os campos de enfrentamento e a jornada heroica. **Revista USP**, São Paulo, n. 122, p. 49-62, 2019.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**: conceitos e novas perspectivas. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.

SEO, Y.; JUNG, S. U. Beyond solitary play in computer games: The social practices of eSports. **Journal of Consumer Culture**, Manchester, v. 16, n. 3, p. 635-655, 2016.

SIMÕES, A. C. A psicossociologia do vínculo do esporte - adultos, crianças e adolescentes: análise das influências. *In*: DE ROSE, D. *et al.* **Esporte e atividade física na infância e na adolescência**: uma abordagem multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed, 2009. p. 85-102.

SOUZA, J.; MARCHI, W. Bourdieu e a sociologia do esporte. Contribuições, abrangência e desdobramentos teóricos. **Tempo Social**, São Paulo, v. 29, p. 243-286, 2017.

THE INTERNATIONAL CHESS FEDERATION. **Handbook**. 2020. Disponível em: <http://www.fide.com/fide/handbook.html>. Acesso em: 20 jan. 2022.

TIEDEMANN, C. “**Sport**” – a suggested definition. 2020. Disponível em: <https://sport-geschichte.de/tiedemann/documents/sportdefinitionEnglish.html>. Acesso em: 20 jan. 2022.

TRIPLETT, N. The dynamogenic factors in pacemaking and competition. **The American journal of psychology**, Champaign, v. 9, n. 4, p. 507-533, 1898.

TUBINO, M. **O que é esporte**. São Paulo: Brasiliense, 1993.

VAN DE POL, P. K. C.; KAVUSSANU, M. Achievement motivation across training and competition in individual and team sports. **Sport, Exercise, and Performance Psychology**, Washington, v. 1, n. 2, p. 91-105, 2012.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed editora, 2016.

SOBRE AS AUTORAS

Maria Celina Ferreira Goedert é graduada e mestra em Psicologia pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Tem como interesse a área da Psicologia do Esporte, com pesquisas em Esporte Eletrônico, Esportes Coletivos e Psicometria. Atualmente, atua como psicóloga em atendimentos individuais e em grupos, com ênfase na Psicologia do Esporte e na Terapia Cognitivo Comportamental.

Ana Karla Silva Soares é doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba, e atualmente é professora do curso de graduação e mestrado em Psicologia pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Fundadora do Núcleo de Pesquisa em Psicometria e Psicologia Social, em Campo Grande, tem como interesse a área de Psicometria, com pesquisas em valores humanos, personalidade, procrastinação e perfeccionismo em crianças e adultos.

Este livro foi editorado com as fontes Crimson Text e Montserrat.
Publicado on-line em: <https://repositorio.ufms.br>

ISBN 978-65-89995-35-7



9 786589 995357



NPPS
NÚCLEO DE PESQUISA EM PSICOMETRIA E
PSICOLOGIA SOCIAL



editora
UFMS