

O PAPEL DA PSICOLOGIA DO ESPORTE PARA ATLETAS E TREINADORES

THE ROLE OF SPORT PSYCHOLOGY TO ATHLETES AND COACHES

Danilo Reis Coimbra^{1,2}, Simone Salvador Gomes^{1,3}, Felipe Carvalho⁴, Renato Ferreira⁵, Felix Guillen⁶, Renato Miranda^{1,3}, Maurício Bara Filho^{1,3}

1- Faculdade de Educação Física e Desportos da Universidade Federal de Juiz de Fora

2 – Professor da Universidade Presidente Antônio Carlos - JF

3- Programa de Pós-graduação Strictu-Sensu em Educação Física – UFJF/UFV

4 – Professor da Universidade Estácio de Sá- RJ

5 – Graduado em Educação Física pela UNIBH - MG

6 – Universidad de Las Palmas de Gran Canaria- Espanha/ Presidente da Federación Española de Psicología del Deporte

Trabalho realizado na Faculdade de Educação Física e Desportos da Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço para correspondência:

Danilo Reis Coimbra

Rua Francisco Vaz de Magalhães n°60/201

Bairro Cascatinha, Juiz de Fora – MG, CEP: 36033-340

e-mail: daniloreiscoimbra@yahoo.com.br Tel: (32) 32186153/ (32)88030163

Financiado pelo Programa de Iniciação Científica: PIBIC/CNPq n° 047/200

Recebido: 28/11/2008

Aceite: 10/02/2009

RESUMO

O objetivo do estudo foi analisar a percepção sobre a Psicologia do Esporte para treinadores e atletas e verificar a relação entre os tópicos estudados pelos pesquisadores e a demanda dos esportistas. A amostra foi de 323 atletas e 59 treinadores de ambos os sexos, competindo em diferentes níveis de diversas modalidades. Utilizou-se um questionário geral e um específico sobre os aspectos da psicologia do esporte no treinamento, e o questionário Tópicos de Estudo da Psicologia do Esporte, constituído por 30 questões divididas em 5 grupos (esporte infanto-juvenil, estratégias psicológicas, questionário, perfil psicológico e outros). Foram feitos cálculo da média e percentual da amostra para as variáveis do instrumento. O Teste “*t*” de Student e ANOVA para cálculo das diferenças entre as médias. Tanto atletas quanto técnicos consideram todos os aspectos do treinamento (físico, técnico, tático e psicológico) importante, porém possuem pouco conhecimento do aspecto psicológico. Treinadores e atletas consideram os 5 tópicos de estudo da psicologia do esporte como importantes, mas treinadores percebem os temas sendo mais importantes do que os atletas ($p < 0,05$). Foram encontradas diferenças significativas ($p < 0,05$) quando comparamos atletas de diferentes níveis de competição, gênero e modalidades. Conclui-se que técnicos e atletas consideram muito relevante todos os temas da psicologia do esporte, sendo o que mais se destacou foi o desenvolvimento de técnicas e estratégias psicológicas no esporte, um dos tipos de investigação menos estudado pelos pesquisadores. Há uma discrepância entre a real demanda dos esportistas em

relação aos tópicos investigados na Psicologia do Esporte.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte, Atletas, Treinadores.

ABSTRACT

The purpose of the present study was to analyze the perception about Sport Psychology to coaches and athletes and to verify the relationship between the topics studied by researchers and sports demands. The sample was composed by 323 athletes and 59 coaches from different sports competitive levels. It was used a general questionnaire and a specific one about the topics related to sports psychology (TEPA), constituted by 30 questions divided into 5 groups (youth sports, psychological strategies, questionnaires, psychological profiles and others). It was used the Student Test "t" test ANOVA for mean comparisons. Athletes and coaches considered important all training aspects (physical, technical, tactical and psychological), however they had less knowledge in the psychological one. Coaches and athletes considered the 5 sport psychology topics as important, but coaches showed a more significant importance ($p < 0,05$). It was found significant differences ($p < 0,05$) when we compared athletes of different competitive levels, gender and sports. It was depicted that coaches and athletes considered very relevant all the themes of sports psychology, being the highlighted the development of techniques and psychological strategies, one of the investigation types less studied by the researchers. There is a discrepancy among the topics studied by the researchers and the demands exposed by coaches and athletes.

Keywords: Sport Psychology, Athletes, Coaches

INTRODUÇÃO

O esporte contemporâneo tem agregado um número considerável de áreas de pesquisa, constituindo as chamadas Ciências do Esporte, dentre as quais podemos citar disciplinas como a medicina, fisiologia, nutrição, biomecânica, comunicação, sociologia e psicologia do esporte, demonstrando uma tendência à interdisciplinaridade, com objetivo de aperfeiçoar cada vez mais o rendimento do atleta e aprimorar a saúde e a qualidade de vida de indivíduos praticantes de atividade física^{1, 2, 3, 4, 5, 6}

A relação entre teoria e prática tem sido uma das principais preocupações no contexto psicologia e esporte^{7,8,9}. Martens¹⁰ apontava a necessidade dos psicólogos saírem dos laboratórios e desenvolverem seus estudos no próprio campo da prática, a fim de validar suas investigações e resultados na tentativa de diminuir este abismo entre o trabalho dos psicólogos e o que treinadores e atletas necessitam. Santos e Shigunov¹¹ criticam aqueles pesquisadores que se preocupam mais em publicar suas investigações do que oferecer auxílios que realmente são importantes para o desenvolvimento do esporte.

Gomes et al¹², com o objetivo de averiguar os principais temas estudados, examinaram mais de mil resumos publicados no Brasil e no exterior na área de Psicologia do Esporte nas mais conceituadas e expressivas revistas. Analisaram também, quais os principais tipos de investigação dos estudos e qual amostra mais utilizada nos trabalhos. Observaram um número expressivo de estudos com indivíduos atletas (juvenil e alto rendimento) na Espanha e em artigos publicados na língua inglesa, ao contrário do Brasil onde os estudos se concentraram mais em indivíduos não-atletas.

Em relação ao tipo de investigação, os trabalhos de observação constituíam a maioria dos estudos, em comparação com pesquisas que visavam o desenvolvimento de métodos e instrumentos. Entre os temas mais estudados estavam a Ansiedade e Estresse, Motivação, Capacidades mentais e visuais (atenção, cognição) e Humor.

No entanto, para nortear futuros estudos, precisamos saber o que realmente o esporte necessita. Como destaca Marques¹³, ao relatar que apesar de diversos trabalhos publicados nas diversas áreas da Psicologia do Esporte, poucos são os que se preocupam com a percepção dos atletas sobre esta área. Afirmar ainda que são vários os profissionais envolvidos no treinamento desportivo a fim de melhorar o desempenho do atleta, mas o principal interessado, o atleta, nunca é questionado a respeito deste trabalho, havendo um certo descaso com a percepção deste sobre a Psicologia do Esporte.

Entre os estudos que tentaram verificar as expectativas de dirigentes, treinadores e atletas a respeito da Psicologia do Esporte podemos citar o de Gould (apud Becker Jr¹). que avaliou a eficácia de 44 consultores Psicologia Esportiva do Comitê Olímpico dos Estados Unidos. Os pontos mais destacados foram o atendimento das necessidades individuais; o conhecimento das modalidades em que trabalha e adaptar as estratégias e técnicas de intervenção às características desta; vivenciar diferentes situações de competição esportiva; abordagem prática que de respostas para os problemas concretos de treinadores e atletas¹

O estudo de De La Vega¹⁴ tentou definir como os treinadores de futebol percebem o trabalho psicológico e concluiu que consideravam importante a

psicologia do esporte, no entanto se mostraram reticentes quanto a presença do psicólogo do esporte dentro da equipe técnica.

Outra pesquisa de Olmedilla, García e Garcés de Los Fayos¹⁵ com treinadores de futebol analisou a percepção destes a respeito do psicólogo do esporte inserido no treinamento esportivo. No entanto, quando perguntados sobre a importância de conhecimentos específicos de alguns aspectos do treinamento esportivo, mais de 90% deles acreditam que a preparação física, técnica e tática são muito importantes. Já na preparação psicológica, menos da metade dos treinadores acham importante o conhecimento desta no treinamento.

Os resultados apontam que poucos tiveram a oportunidade de trabalhar com o psicólogo do esporte e que quase a totalidade considera importante o psicólogo.

É necessário, portanto um estudo acerca da correspondência entre teoria e prática, ou seja, a verificação do que está sendo investigado pelos psicólogos do esporte e a sua aplicação na prática esportiva. É preciso analisar se as reais demandas dos atletas e das equipes técnicas estão sendo atendidas adequadamente.

Isto posto o objetivo desta pesquisa foi analisar a percepção da importância da Psicologia do esporte para treinadores e atletas, assim como verificar a relação entre os tópicos estudados pelos pesquisadores da Psicologia do Esporte e a real demanda dos atletas e treinadores.

MÉTODO

Amostra

A amostra do estudo foi composta por 323 atletas (idade média $19,77 \pm 3,72$ e tempo de prática $7,15 \pm 4,34$) e 59 treinadores (idade média $34,98 \pm 10,26$ e tempo de prática $9,67 \pm 8,91$) de diversas modalidades (futebol, futsal, handebol, natação, atletismo, ginástica, jiu-jitsu, vôlei, basquete, skate, pólo aquático e judô). O critério para a participação foi que tanto atletas quanto treinadores deveriam estar filiados a sua respectiva federação. A coleta dos dados foi realizada durante treinos e competições.

As características gerais da amostra são observadas na Tabela 1.

	<i>Masculino</i>	<i>Feminino</i>	<i>Coletivo</i>	<i>Individual</i>	<i>Regional</i>	<i>Nacional</i>	<i>Internacional</i>
<i>Atletas</i>	82,7%	17,3%	64,1%	35,9%	20,9%	48,4%	30,6%
<i>Técnicos</i>	88,1%	11,9%	77,2%	22,8%	44,0%	32,2%	23,7%

Tabela 1. Sexo, Modalidade e Nível de competição de atletas e técnicos.

Instrumentos

Foram utilizados os seguintes instrumentos de investigação para a obtenção das informações a serem estudadas:

Um questionário geral, contendo as questões sobre: gênero, idade, modalidade esportiva, tempo de treinamento, nível das competições, nível acadêmico (apenas para treinadores).

Um questionário específico sobre os aspectos da psicologia do esporte no treinamento.

O questionário Tópicos de Estudo da Psicologia do Esporte (TEPE) foi elaborado para a presente pesquisa e é constituído por 30 questões divididas em 5 grupos (esporte infanto-juvenil, estratégias psicológicas, questionário,

perfil psicológico e outros). Cada uma das 6 questões dos grupos possui uma escala tipo Likert variando de 0 a 5 (0 – Não sei, 1 - Nada importante, 2 – Pouco importante, 3 – Algo importante, 4 – Bastante importante, 5 – Muito importante) somando um total de 30 pontos por grupo.

Para atestar a confiabilidade do TEPE, realizou-se a aplicação do teste Qui-quadrado comparando duas séries de dados através da frequência e observou-se que os dados são estatisticamente semelhantes ($p > 0,05$) em todas as questões, indicando que existe uma forte relação entre os grupos.

Além disso, verificou-se a análise da consistência interna do questionário e dos grupos de questões através de alpha de Cronbach, encontrando valores do α entre 0,89 e 0,93.

Análise Estatística

Para a análise dos dados foram feitas as seguintes técnicas estatísticas: cálculo da média, desvio padrão e percentuais da amostra para as variáveis do instrumento. O Teste “*t*” de Student e ANOVA (Post Hoc de Sheffé) para cálculo das diferenças entre as médias.

A presente pesquisa atendeu as determinações da Declaração de Helsinque e a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Juiz de Fora. Os participantes da pesquisa assinaram um Termo de Consentimento antes de responderem ao questionário.

RESULTADOS

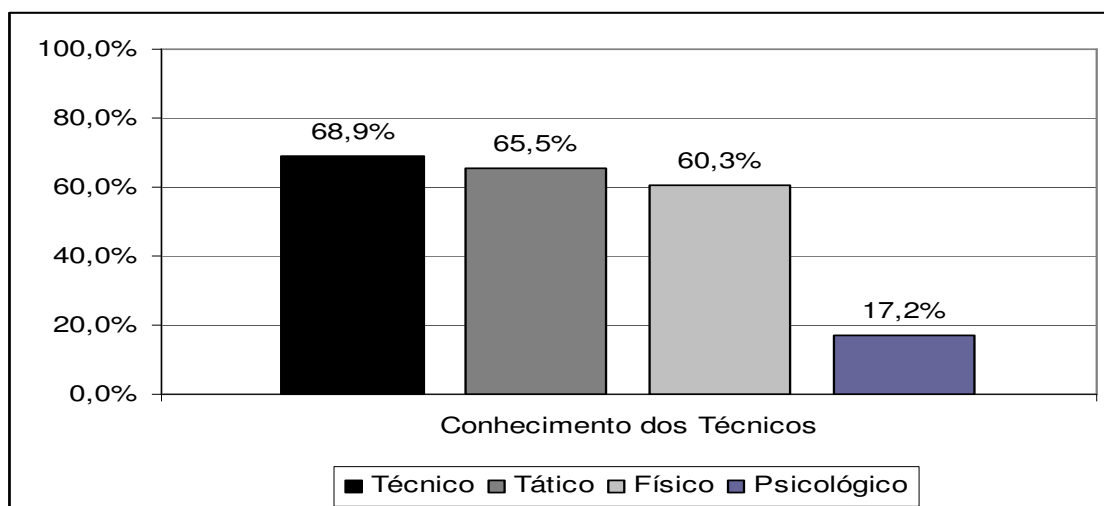
Importância dos distintos aspectos da preparação do atleta.

Entre os atletas e treinadores que responderam 4 (importante) ou 5

(muito importante) quando questionados a respeito do grau da importância dos aspectos do treinamento esportivo, verificou-se que a maioria deles considera que os quatro fatores (técnico, tático, físico e psicológico) devem ser trabalhados para que a preparação do atleta seja completa. Porém, observa-se que os aspectos possuem diferentes graus de relevância para os atletas: Técnico. 97,8%; Tático, 83,9%; Físico, 95,6%. Destacamos o aspecto psicológico, considerado importante ou muito importante por 90,8%. Em relação aos técnicos, a maioria deles considera que os quatro fatores possuem relevância aproximada. (Técnico: 96,6%; Tático: 100%; Físico: 98,3% e Psicológico: 96,6%).

Conhecimento que possuem os técnicos, segundo o tipo de preparação

Figura 1 – Conhecimento dos Técnicos sobre o aspecto psicológico.



Dos técnicos que responderam 4 (elevado) ou 5 (muito elevado) em relação ao conhecimento que possuem a respeito dos aspectos relevantes para o treinamento esportivo (Gráfico 1 – Conhecimento dos técnicos), percebeu-se um equilíbrio no entendimento das variáveis: técnica, tática e

física. Entretanto, observa-se que o conhecimento sobre o aspecto psicológico ainda é muito restrito, representando apenas 17,2%.

Trabalho de técnicos e atletas com Psicólogo do Esporte.

A maioria dos técnicos (57,6%) e dos atletas (64,3%) nunca trabalhou com um Psicólogo do Esporte. O percentual de técnicos que já tiveram esse profissional na equipe (42,4%) é maior que o dos atletas (35,7%). Entre os técnicos que tiveram essa experiência, o nível de satisfação varia entre razoável (28%), suficiente (48%) e alto (24%). Já entre os atletas, essa variação é de pouco (6%), razoável (24,1%), suficiente (44,9%) e alto (25%).

Aspectos psicológicos que mais interessam a técnicos e atletas.

<i>Aspectos psicológicos</i>	<i>Amostra</i>	<i>Média</i>	<i>DP</i>	Significativo
		<i>(pontos)</i>		(p<0,05)
Esporte infanto-juvenil	Atleta	22,45	4,70	0, 000
	Técnico	24,93	3,27	
Estratégias psicológicas	Atleta	24,49	4,51	0, 000
	Técnico	26,80	3,18	
Perfil psicológico	Atleta	21,74	4,72	0, 000
	Técnico	24,75	3,67	
Questionário	Atleta	21,33	5,13	0, 000
	Técnico	25,36	5,81	
Outros	Atleta	20,48	5,18	0, 000
	Técnico	24,27	3,75	

Tabela 2. Aspectos psicológicos a serem trabalhados para técnicos e atletas.

Comparando técnicos e atletas (Tabela 2), percebeu-se que houve uma diferença significativa entre as médias dos cinco grupos de respostas ($p < 0,05$), sendo que os treinadores percebem como mais importantes em todos eles.

Estratégias a desenvolver segundo níveis de competição

Analisando a Tabela 3, quanto maior o nível de rendimento dos atletas observou-se a necessidade de desenvolvimento de novos métodos e estratégias para melhorar a habilidades psicológicas com o objetivo de potencializar os resultados.

	<i>Regional</i>	<i>Nacional</i>	<i>Internacional</i>
Estratégias para	23,76 ± 4,77	24,28 ± 4,87	25,30 ± 3,57
melhorar	pontos	pontos	pontos
habilidades			
psicológicas			

Tabela 3. Estratégias a desenvolver segundo níveis de competição.

Dos atletas de nível Regional, 64,2% consideram importante ou muito importante o desenvolvimento de estratégias para melhorar habilidades psicológicas. Para os atletas que competem em nível Nacional, 65,2% consideram estas estratégias importantes ou muito importantes. Os atletas que disputam em nível Internacional, 67,3% consideram o desenvolvimento de estratégias importantes ou muito importantes. Observou-se uma tendência, apesar de não significativa, de quanto maior o nível competitivo, maior a

necessidade de desenvolvimento de estratégias para melhorar as habilidades psicológicas.

Tipos de estratégias a desenvolver segundo níveis de competição.

	<i>Regional</i>	<i>Nacional</i>	<i>Internacional</i>	Significativo ($p < 0,05$)
Estratégias para autoconfiança	4,19 $\pm$ 1,02 pontos	4,15 $\pm$ 1,10 pontos	4,50 $\pm$ 0,69 pontos	0,02
Técnicas para melhorar concentração	4,06 $\pm$ 1,08 pontos	4,27 $\pm$ 1,00 pontos	4,43 $\pm$ 0,75	0,05

Tabela 4. Tipos de estratégias a desenvolver, segundo níveis de competição.

De acordo com a Tabela 4, entre todos os fatores apresentados aos atletas, os únicos que obtiveram diferença significativa ($p < 0,05$) foram estratégias para desenvolver a autoconfiança e auto-conceito entre os esportistas de nível nacional e internacional, assim como técnicas que permitem aos atletas melhorarem sua concentração, porém esta diferença só foi observada entre atletas de nível regional e internacional, sendo que em ambos os atletas de nível internacional obtiveram a maior média.

Tipos de estratégias a desenvolver, segundo tipo de esportes.

Ao analisar os temas apresentados aos atletas de modalidades coletivas e individuais, observou-se uma diferença significativa ($p < 0,05$) na percepção da importância dos aspectos a serem trabalhados. Para os atletas de esportes

coletivos, os fatores mais relevantes são os relacionados com a união do grupo, tais como métodos para melhorar e avaliar a união do grupo, meios de identificação de líderes desse grupo. Já para os atletas de modalidades individuais, os mais importantes são aqueles relacionados a ansiedades, por exemplo, comportamento desta em treinamentos e competições, métodos para controlá-la durante as competições (Tabela 5).

	<i>Individuais</i>	<i>Coletivos</i>	<i>Significativo</i> <i>(p<0,05)</i>
Melhorar a união de grupo	4,06±1,25	4,41±0,96	0,005
	pontos	pontos	
Avaliar a união do grupo	3,57±1,33	3,94±1,06	0,006
	pontos	pontos	
Identificação de líderes	3,45±1,25	3,75±1,25	0,028
	pontos	pontos	
Comportamento da	3,76±1,21	3,57±1,22	0,01
ansiedade nos treinos	pontos	pontos	
Métodos para controlar a	4,07±1,13	3,76±1,04	0,012
ansiedade nas	pontos	pontos	
competições			

Tabela 5. Tipos de estratégias a desenvolver, segundo tipo de esportes.

Tipos de estratégias a desenvolver, segundo gênero.

Em relação ao gênero do atleta o único tema com diferença significativa ($p<0,05$) encontrada é a respeito do desenvolvimento do *fair play* (jogo limpo) em jovens atletas. Percebeu-se que os esportistas do sexo masculino

consideram esse fator bastante importante ($4,08 \pm 1,19$ pontos) enquanto as mulheres o consideram apenas como algo importante ($3,63 \pm 1,45$ pontos).

Temas mais importantes, segundo atletas e técnicos.

Entre os atletas pesquisados, os temas considerados mais importantes são “Estratégias para motivar os atletas” 84,0% consideram o tema importante ou muito importante. No mesmo nível de importância, “O papel do treinador na formação do atleta” é considerado por 83,7% e 81,3% dos atletas pesquisados o tema “Técnicas que permitam aos atletas melhorarem sua concentração”. Dos três temas com maior percentual, dois são do bloco de estratégias psicológicas. Em relação aos técnicos o tema “O papel do treinador na formação do atleta” é importante ou muito importante para 98,3%, seguido pelo tema “Métodos que melhorem a união de um grupo de atletas”, considerado importante ou muito importante por 94,9% dos treinadores. Os temas “Estratégias para desenvolver a autoconfiança e o auto-conceito dos atletas” e “O tipo de motivação de cada atleta” é importante ou muito importante na opinião de 91,5% dos treinadores.

Temas menos importantes, segundo atletas e técnicos.

Os temas menos importantes para os atletas são “Instrumentos para avaliar a personalidade dos atletas” (37,3%), “Os motivos pelos quais os jovens iniciam e abandonam o Esporte” (40,6%) e “Os motivos pelos quais os atletas se dopam” (40,9%). Para os técnicos os temas de menor importância são “Características psicológicas de atletas de diferentes modalidades” e “Os motivos das agressões no Esporte” foram os temas considerado menos

importante (62,7%), seguido pelo tema “Os motivos pelos quais os atletas se dopam” (66,7%).

DISCUSSÃO

A Psicologia do Esporte possui diversos temas, métodos e campos de aplicação. O TEPE procurou abranger os tópicos mais investigados e relatados na literatura especializada, tanto no campo teórico como na aplicação prática. No entanto, alguns temas relacionados com a Psicologia do Esporte não foram contemplados no questionário a fim de otimizar sua aplicabilidade, indicando uma das limitações do presente estudo.

O TEPE foi elaborado com o objetivo de verificar a importância dos diversos aspectos estudados pela psicologia do esporte para técnico e atletas, porém quando perguntados acerca do aspecto psicológico, os técnicos relataram ter pouco conhecimento, o que pode ter contribuído com a falta de entendimento de alguns dos tópicos abordados no questionário.

Dentro do contexto discutido no presente estudo, a quantidade de investigações na área de Psicologia do Esporte vem aumentando consideravelmente nos últimos anos. A maioria dos trabalhos aborda diferentes temas, utilizam vários métodos e amostras, mas poucos são os que realmente se preocupam com a real necessidade dos atletas e treinadores e a percepção destes sobre o trabalho psicológico no esporte.

O trabalho de Gould (apud Becker Jr¹) demonstra que os atletas consideram importante o desenvolvimento de estratégias e técnicas psicológicas aplicadas ao esporte e que os psicólogos do esporte devem ter o

conhecimento das modalidades em que trabalha, adaptando as estratégias e técnicas de intervenção às características desta com uma abordagem prática aos seus problemas. Isto é corroborado pelo presente estudo, quando atletas e técnicos consideraram as questões relativas ao desenvolvimento de estratégias psicológicas mais importantes. Para os atletas a média foi de 24,49 pontos e para técnicos 26,80 pontos, sendo as médias mais altas entre os todos os itens.

Esses resultados também corroboram o estudo de Olmedilla, Ortín, Andreu e Lozano¹⁶, com treinadores de futebol. Eles consideraram interessantes aspectos ligados ao desenvolvimento de estratégias psicológicas ligadas ao treinamento, especificamente, a motivação, concentração, autoconfiança e o trabalho em grupo. Além de ajudar com o aumento do rendimento da equipe.

Os resultados do presente estudo diferem do trabalho de De La Vega¹⁶, realizado com treinadores de futebol, a respeito da importância do psicólogo do esporte dentro da equipe técnica. Enquanto naquele a pontuação sobre a importância é menos da metade, neste estudo 96,6% considera a presença de um Psicólogo do Esporte dentro de uma comissão técnica importante ou muito importante.

Apesar dos técnicos (42,4%) e atletas (35,7%) afirmarem já ter trabalhado com um psicólogo, é necessário verificar a formação destes em psicologia do esporte, como lembra Becker Junior² a respeito de indivíduos sem qualificação para aplicar intervenções psicológicas no esporte atuando como se fossem especialistas no assunto, levando em consideração também a

pesquisa de Olmedilla, García e Garcés¹⁴ com treinadores de futebol da Espanha, onde a Psicologia do Esporte é bem desenvolvida e consolidada, o número de treinadores que já trabalharam com um psicólogo do esporte foi apenas 6,6%. Quando perguntados a respeito da importância dos conhecimentos específicos de alguns aspectos do treinamento esportivo, os resultados são semelhantes aos da presente pesquisa, pois em relação aos aspectos técnicos, táticos, e físicos mais de 90% consideram importante, assim como neste estudo. Já a preparação psicológica, apenas 45,9% dos treinadores acham importante o conhecimento desta no treinamento, diferentemente dos técnicos brasileiros, pois 96,6% consideram este aspecto importante ou muito importante.

Os temas considerados mais importantes por atletas e técnicos foram os relacionados ao grupo de desenvolvimento de métodos e estratégias com $24,49 \pm 4,51$ pontos (atletas) e $26,80 \pm 3,18$ pontos (técnicos). Mas de acordo com a pesquisa de Gomes et.al.¹², este tipo de pesquisa que visa o desenvolvimento de novas técnicas e métodos psicológicos aplicados ao esporte são muito poucos estudados. De acordo com a análise realizada, no Brasil este tipo de investigação representa 1,8% dos trabalhos. E no exterior, a realidade é semelhante, pois na Espanha, 9,6% das pesquisas tem caráter de desenvolver novos métodos e em países de língua inglesa este número é de 10,9% dos trabalhos.

Esses resultados implicam tanto na psicologia do esporte quanto no próprio esporte. A psicologia do esporte para conseguir uma maior aceitação da parte prática, precisa entender as necessidades e o que os atletas e

técnicos desejam para melhorar seus rendimentos. Já estes, com o auxílio da psicologia do esporte podem chegar a desempenhos jamais imaginados.

Teoria e prática devem interagir, aprendendo uma com a outra. Isto significa que os profissionais responsáveis pela prática, como o treinamento, devem se aprimorar com a ajuda dos psicólogos esportivos, tanto no campo teórico quanto metodológico. Da mesma forma os psicólogos esportivos devem aprender e compreender a realidade e os problemas da prática esportiva com a ajuda dos profissionais que se ocupam dela.

CONCLUSÃO

A partir da análise dos resultados podemos concluir que tanto técnicos quanto atletas consideram muito importante o aspecto psicológico no treinamento esportivo tanto quanto os aspectos técnico, tático e físico. Mas, em relação os técnicos, apesar de considerarem importante, o conhecimento sobre este aspecto ainda é pequeno. Observou-se também um número expressivo de atletas e técnicos que já trabalharam com um psicólogo do esporte, levando em consideração a realidade do esporte no Brasil.

Os técnicos e atletas consideram muito relevante todos os temas da psicologia do esporte, sendo o que mais se destacou foi o desenvolvimento de técnicas e estratégias psicológicas no esporte, exatamente o tipo de investigação menos estudado pelos pesquisadores. Verifica-se, portanto uma divergência muito grande entre as necessidades e aquilo que atletas e técnicos consideram importante e aquilo que os psicólogos esportivos estudam. Enquanto aqueles consideram necessário o desenvolvimento de métodos e estratégias psicológicas, os pesquisadores estão apenas interessados em

observar os fenômenos psicológicos do esporte.

Aceitamos a possibilidade de compatibilizar as necessidades indicadas por atletas e técnicos com as pesquisas realizadas na teoria, a fim de que ambos se desenvolvam. Tanto a teoria deve auxiliar os responsáveis pela parte prática, quanto estes devem colaborar para a evolução da teoria.

Futuros estudos são necessários para averiguar o motivo do baixo interesse dos pesquisadores pelo desenvolvimento de técnicas e métodos de instrumentos aplicados ao esporte e a percepção dos psicólogos do esporte desta relação entre teoria e prática.

REFERÊNCIAS

1. Becker Jr B. **Manual de psicologia do esporte e exercício**. Porto Alegre: Nova Prova; 2000.
2. Fonseca AM. A psicologia do desporto e a batalha da qualidade. **Rev Port Cienc Desporto**. 2001; 1: 114-123.
3. Souza Filho PG. O que é psicologia dos esportes? **Rev Bras Cienc Mov**. 2000; 8: 33-36.
4. Viadé A. **Psicología del rendimiento deportivo**. Barcelona: UOC; 2003.
5. Simões AC, De Rose Jr D, Knijnik JD, Cortez JAA. A psicossociologia como área de conhecimento da ciência do esporte. **Rev Paul Educ Fis**. 2004; 18: 73-81.
6. Dosil J. **Psicología de la actividad física y del deporte**. Madrid: Mcgrawhill; 2004.

7. Garcés De Lo Fayos E, Vives L. Los límites del entrenamiento psicológico aplicado al deporte. **Cuad Psicol Deporte**. 2005; 5: 273-285.
8. Guillén F. La Psicología del Deporte y los profesionales del deporte. **Psicodeportes**. 2004; 11: 30-31.
9. Weinberg RS, Gould D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2001.
10. Martens R. About smocks and jocks. **J Sport Psychol**. 1979; 1: 94-99.
11. Santos SG, Shigunov V. Suporte psicológico ao atleta: uma necessidade "teórica" que precisa ser aplicada. **Rev Treinamento Desportivo**. 2000; 5: 74-83.
12. Gomes SS, Coimbra DR, Guillén F, Miranda R, Bara filho, MG. Análise da produção científica em Psicologia do Esporte. **Rev Iberoam Psicol del Ejercicio Deporte**. 2007; 2: 25 – 40.
13. Marques, MG. Estudo descritivo sobre como adolescentes atletas de futebol e tênis de porto alegre percebem a Psicologia do Esporte. Porto Alegre; 2000. **[Dissertação de Mestrado – Faculdade de Educação Física da UFRGS]**.
14. De La Vega R. Pilares básicos de la intervención psicológica realizada en el fútbol profesional. **Cuad Psicol Deporte**. 2004; 4: 159-180.
15. Olmedilla A, García C, Garcés De Los Fayos E. Un análisis del papel profesional del deporte desde la percepción del entrenador de fútbol. **Rev Psicol Deporte**. 1998; 13: 95-111.
16. Olmedilla A, Ortín F, Andréu M, Lozano F. Formación en psicología para

entrenadores de fútbol: una propuesta metodológica. **Rev de Psicol Deporte**. 2004; 13: 247-262.