

**PERCEPÇÕES E ENFRENTAMENTOS DE DERROTAS NO ESPORTE: UMA
INVESTIGAÇÃO COM ATLETAS DE FUTSAL**

**PERCEPTIONS AND COPING WITH DEFEATS IN SPORT: AN INVESTIGATION WITH
FUTSAL ATHLETES**

**PERCEPCIONES Y AFRONTAMIENTO DE LAS DERROTAS EN EL DEPORTE: UNA
INVESTIGACIÓN CON DEPORTISTAS DE FÚTBOL SALA**

Jaqueline Terezinha Dalsasso Filippim^a, Matheus Vinícius Cruz^a, Camila De Goes Bonin^a,
Alessandra Vieira Fernandes^a

^a Universidade Paranaense (UNIPAR), Francisco Beltrão (PR), Brasil

RESUMO

Esse estudo investigou como atletas de futsal percebem e enfrentam as situações de derrota no contexto competitivo. Trata-se de um estudo descritivo realizado com 34 atletas de futsal com faixa etária entre 18 a 41 anos de idade, sendo 28 da categoria masculina e 6 da categoria feminina. A maioria iniciou competições no futsal com 6 anos de idade. Utilizou-se a técnica da bola de neve como método de amostragem. Os participantes responderam um questionário online composto por 25 questões e elaborado com base na literatura. Os dados foram analisados via estatística descritiva e análise qualitativa, conduzida por meio do agrupamento em categorias temáticas. Identificamos que a maioria dos atletas se percebe se percebe afetada pelas derrotas, ao mesmo tempo em que as reconhece como parte constitutiva do esporte. Foram identificadas diferentes estratégias de enfrentamento, envolvendo recursos individuais e coletivos, como relaxamento, fortalecimento da coesão da equipe, autoavaliação, foco no futuro, concentração, confiança, espiritualidade e diálogo. Os achados indicam que a derrota, além de ser reconhecida pelos seus impactos emocionais, também é compreendida como oportunidade de aprimoramento do rendimento esportivo. Esses resultados enfatizam a importância do manejo da derrota como

parte da preparação e do desenvolvimento esportivo.

PALAVRAS-CHAVE: Psicologia; Esporte; Futsal; Atletas; Derrotas.

ABSTRACT

This study investigated how futsal athletes perceive and cope with defeat in the competitive context. This is a descriptive study carried out with 34 futsal athletes aged between 18 and 41, 28 in the male category and 6 in the female category. The majority of the athletes started futsal competitions at the age of 6. We used the snowball technique as a sampling method. Participants answered an online questionnaire consisting of 25 questions and based on the literature. Data were analyzed using descriptive statistics and qualitative analysis, conducted through thematic categorization. We identified that most athletes perceive themselves as affected by defeats, while simultaneously recognizing them as a constitutive part of the sport. Different coping strategies were identified, involving individual and collective resources, such as relaxation, strengthening team cohesion, self-assessment, focus on the future, concentration, confidence, spirituality, and dialogue. The findings indicate that defeat, in addition to being recognized for its emotional impacts, is also understood as an opportunity to improve athletic performance. These results emphasize the importance of managing defeat as part of athletic preparation and development.

KEYWORDS: Psychology; Sport; Futsal; Athletes; Defeats.

RESUMEN

Este estudio investigó cómo los atletas de fútbol sala perciben y enfrentan situaciones de derrota en el contexto competitivo. Se trata de un estudio descriptivo realizado con 34



deportistas de fútbol sala con edades comprendidas entre 18 y 41 años, 28 en categoría masculina y 6 en categoría femenina. La mayoría empezó a competir en competiciones de fútbol sala a los 6 años. Se utilizó la técnica de bola de nieve como método de muestreo. Los participantes respondieron un cuestionario en línea que consta de 25 preguntas y se basa en la literatura. Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva y análisis cualitativo, realizado a través de la agrupación en categorías temáticas. Identificamos que la mayoría de los atletas se perciben afectados por las derrotas, reconociéndolas a la vez como parte inherente del deporte. Se identificaron diferentes estrategias de afrontamiento, que involucran recursos individuales y colectivos, como la relajación, el fortalecimiento de la cohesión del equipo, la autoevaluación, la visión de futuro, la concentración, la confianza, la espiritualidad y el diálogo. Los hallazgos indican que la derrota, además de ser reconocida por su impacto emocional, también se entiende como una oportunidad para mejorar el rendimiento deportivo. Estos resultados enfatizan la importancia de gestionar la derrota como parte de la preparación y el desarrollo atlético.

PALABRAS-CLAVE: Psicología; Deporte; Fútbol sala; Atletas; Derrotas.

INTRODUÇÃO

De acordo com Rubio (2000), o esporte foi um dos maiores fenômenos socioculturais do século XX. Ele surge com a finalidade de auxiliar o ser humano a se desenvolver em sociedade por meio da socialização e da implementação do mesmo como meio educação e saúde (Almeida & Gutierrez, 2009).

Dentre as diferentes formas de vinculação com o meio esportivo, destaca-se o esporte de alto rendimento que, de acordo com Rubio (2007), é composto por atletas que atuam de forma remunerada ou não, os quais possuem a necessidade de se dedicar à sua modalidade,



direcionando grande parte do seu tempo cotidiano à prática desempenhada. Rubio (2006) também caracteriza o atleta de alto rendimento como um indivíduo “vitorioso”, que mostra rendimentos e resultados.

Quando falamos de esporte, podemos pensar nas competições como intrínsecas a este campo, seja ele praticado de forma remunerada, amadora ou por lazer. Coakley (1994) define a competição como um processo social, no qual é oferecida uma recompensa para as pessoas com base em seu desempenho comparado ao de outros indivíduos que estão realizando a mesma tarefa ou participando do mesmo evento. As competições e as recompensas, portanto, são elementos motivadores para a prática esportiva.

No contexto do esporte, a vitória representa reconhecimento, fama e, até mesmo, patrocínios, o que intensifica o desejo dos atletas de estarem em primeiro lugar, de modo que outras posições como as de segundo e terceiro lugares sejam desvalorizadas. Nesse sentido, Rubio (2023) discorre que, no passado, “[...] a busca pela vitória não estava fundamentada na derrota do adversário e sim na superação dos próprios limites”.

A busca pelo primeiro lugar, pela medalha de ouro ou pelo topo do pódio torna-se o ápice dos atletas de alto rendimento, os quais buscam se especializar e almejam atingir seus limites, independentemente das consequências, mesmo que estas sejam negativas aos próprios atletas. Furtado e Luiz (2019) discutem que a melhora da performance do atleta envolve a busca pelo máximo desempenho, levando o corpo do atleta ao limite. Em consonância, Viana e Mezzaroba (2013) refletem que o corpo utilizado no esporte de alto rendimento, como sendo um objeto que procura cada vez mais e maior produção na obtenção de recordes, também é o corpo que ao ser comparado a uma máquina, executa movimentos considerados complexos e de difíceis execuções. E, para que esses movimentos sejam executados é necessário que esse corpo seja disciplinado, a fim de garantir uma melhor performance do indivíduo. É sobre esse corpo que chega e excede os limites que observamos as consequentes lesões, a bulimia ou



anorexia, o estresse, o desgaste físico e mental. Com a evolução tecnológica, aumentaram as formas de mensurar e classificar os atletas de acordo com seu desempenho, o que leva os desportistas a, cada vez mais, se colocarem à prova, na direção de atingir seu maior potencial físico (Rubio, 2006).

As tentativas de bater recordes e a ânsia de se destacar e ser vitorioso gera no público, além de uma comoção, uma visão ilusória de que o atleta é um ser invencível. Como explica Rubio (2023), “[...] brotam expectativas relacionadas a seres ideais, quase perfeitos, capazes de protagonizar feitos fora de série [...]”.

Já para aqueles que não chegam ao pódio ou não desfrutam do primeiro lugar, o que se percebe é a tristeza, o recolhimento e o silêncio. Essa realidade produz um impacto negativo na autoestima e no bem-estar dos atletas, além da pressão dos torcedores e patrocinadores.

Diante disso, compreende-se que o sucesso em esportes de rendimento está frequentemente associado a vitórias e derrotas. No entanto, os atletas podem enfrentar desafios significativos quando se trata de lidar com esses resultados. Alguns podem ser autocríticos ou se tornarem complacentes após vitórias, enquanto outros podem sofrer com sentimentos de fracasso e desmotivação após derrotas. Essa variabilidade nas formas de responder aos resultados evidencia a necessidade de compreender como os atletas interpretam e lidam com a derrota no contexto competitivo, considerando sua dimensão subjetiva. Estudos de Didymus e Fletcher (2022) e Nicholls et al. (2023) demonstraram que situações esportivas, como as derrotas, estão associadas ao aumento do estresse e à mobilização de estratégias de enfrentamento, que variam conforme a forma como o atleta compreende a situação.

Conforme Rubio (2006), é na atribuição de significados do processo de vitória e derrota, por meio da avaliação subjetiva, que cada atleta cria e desenvolve as estratégias de enfrentamento. E, essa produção de sentidos subjetivos caracteriza a ação do atleta nos espaços em que atua, se construindo por um percurso social que, de certa forma, é singular e o constitui

ao longo desse processo (Rubio, 2019).

Para investigar esse cenário, buscou-se base na Psicologia do Esporte por considerar suas possíveis contribuições, uma vez que esta área visa estudar os fatores psicológicos, pessoais e emocionais em relação ao desempenho e desenvolvimento de atletas inseridos no contexto esportivo.

Segundo Conde et al. (2019), a Psicologia do Esporte tem como um de seus objetivos, compreender de que formas alguns dos fatores psicológicos afetam o desempenho atlético e como o exercício afeta o desenvolvimento pessoal e psicológico de um indivíduo. Para Samulski (2002) por meio da aplicação de técnicas e programas de treinamento psicológico, é possível desenvolver e melhorar habilidades e competências psicológicas (cognitiva, emocional, motivacional e social) de atletas, técnicos e equipes, promovendo um desempenho esportivo mais consistente e de alto nível. Conforme Paiva e Carlesso (2019), esta área, além de ajudar a melhorar o desempenho atlético, pode trazer benefícios mais amplos para a saúde mental e para o bem-estar dos atletas, os quais podem desenvolver habilidades que os ajudarão a lidar com a ansiedade e com o estresse do esporte, bem como a enfrentar os confrontos da vida rotineira.

A capacidade de lidar com vitórias e derrotas de forma saudável e assertiva é essencial para o sucesso contínuo dos atletas de alto rendimento. A incapacidade de lidar com os resultados negativos pode levar a uma queda na autoconfiança (Amblard & Cruz, 2015), à desmotivação e, em alguns casos, ao abandono do esporte (Silveira, 2021). Assim, torna-se necessário identificar maneiras eficazes de ajudar os atletas a lidarem com esses resultados a fim de promover saúde mental e seu bem-estar no esporte.

Diante dessas considerações, o objetivo desta pesquisa é investigar e compreender como atletas de futsal percebem e enfrentam as situações de derrota no contexto competitivo.

Na literatura científica sobre a derrota no contexto esportivo, foi possível encontrar

estudos que investigam e analisam indicadores da derrota em diferentes modalidades (Marković & Milošević, 2023; Silva et al., 2012; Silva, Silva & Borba, 2018; Tempone & Silva, 2012) e também pesquisas sobre a expressão e representação da derrota na mídia (Freitas & Rigo, 2009; Pacheco & Silva, 2023; Torres et al., 2020). Ademais, identifica-se um estudo internacional sobre enfrentamento de derrota por mulheres atletas (Omar-Fauzee et al., 2011). Em relação à modalidade foco - o futsal - desta pesquisa, não foram encontrados estudos, o que expressa a possível contribuição desta investigação.

Compreender como os atletas percebem e lidam com a derrota pode oferecer subsídios para a estruturação de intervenções no contexto esportivo, considerando que sua abordagem pode ser incorporado à preparação de atletas e equipes devido aos seus impactos no desempenho e no desenvolvimento humano.

MÉTODO

Tipo de pesquisa

Este estudo é de caráter descritivo e de abordagem mista, por utilizar tanto o método quantitativo quanto o qualitativo na obtenção e análise de dados (Creswell, 2010).

Essa pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos da Universidade Paranaense - UNIPAR (CAAE: 58098222.5.0000.0109).

Amostra

Participaram deste estudo 34 atletas que atenderam aos seguintes critérios: ser atleta de futsal, ter mais de 18 anos de idade, ter participado de alguma competição esportiva, ter se disponibilizado para responder um questionário online e ter assinado o aceite em relação ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no instrumento de coleta de dados. O questionário, instrumento desta pesquisa, foi respondido por 42 pessoas, todavia 8 pessoas não

atenderam aos critérios mencionados, sendo excluídas da amostra.

Como nota-se na Tabela 1, os participantes possuem entre 18 a 41 anos de idade, sendo predominante a faixa etária 18 a 23 anos (N: 24; F: 70%; M: 24)¹. Obtivemos um total de 28 participantes (82%) da categoria masculina e 6 (18%) da categoria feminina. Em relação ao nível de envolvimento dos atletas, 26 (76%) jogam de forma remunerada, 6 (18%) apenas competem e 2 (6%) jogam apenas por lazer. Quanto à prática esportiva, 22 atletas (65%) praticam somente futsal e 12 (35%) participam de outras modalidades esportivas, como futebol de campo, futebol *society*, voleibol, vôlei de praia, musculação, basquete e tênis. Os participantes sinalizaram que começaram a competir no futsal com idades entre 5 a 27 anos, mas a maioria (17%) na faixa etária de 6 anos de idade. Da amostra total, 31 atletas (31%) responderam que começaram a competir em modalidades esportivas no futsal, enquanto que 7 (20%) afirmaram competir em modalidades diferentes. Destaca-se que os participantes são oriundos da região Sul do Brasil, caracterizando o presente estudo como um recorte regional.

Os atletas foram recrutados para a investigação via amostragem não probabilística por bola de neve, como será descrito a seguir.

Instrumentos e procedimento de coleta e análise de dados

A coleta foi realizada no período entre maio a junho de 2023 a partir de um questionário direcionado aos atletas, publicado na plataforma do *Google Forms* e divulgado para instituições esportivas, atletas e técnicos de futsal. Foram contatados alguns times esportivos que se encontram nas séries do Campeonato Paranaense, totalizando 17 instituições contratadas. Além disso, alguns atletas da região foram convidados individualmente para participar do estudo e contribuíram para recomendar outros possíveis participantes. Foi adotada a técnica da bola de neve como método de amostragem por possibilitar uma rede útil para se

¹ N: número; F: frequência; M: média

estudar populações difíceis de serem acessadas ou estudadas ou que não há precisão sobre sua quantidade (Bernard, 2005).

Por se tratar de uma coleta de dados realizada a partir de plataforma *online*, buscou-se atender aos preceitos éticos da Carta Circular nº 1/2021-CONEP/SECNS/MS que apresenta “Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual”.

Os participantes responderam aos questionários mediante aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) - principal requisito para continuidade das seções do formulário.

O questionário foi composto por 25 questões, sendo elas abertas e fechadas, elaboradas a partir das leituras de Justos (2019), Telles (2019), Silva e Cilo (2019), Ribeiro (2019) e Weinberg e Gould (2015).

As questões foram organizadas nas seguintes dimensões:

- a caracterização dos participantes e trajetória esportiva: idade, gênero, nível de envolvimento com o futsal, participação em outras modalidades e início da prática competitiva;
- experiências com competições e histórico de derrota: tempo desde a última competição, ocorrência e contexto da última derrota;
- percepções e impactos da derrota: avaliação dos impactos da derrota, formas de reação e significados atribuídos;
- estratégias de enfrentamento: identificação de estratégias utilizadas, análise dos erros, externalização da culpa e formas de lidar com a frustração;
- pressão e expectativas: medo de perder, ansiedade e relação com expectativas de desempenho;
- influência da derrota no desempenho futuro: impactos percebidos nas próximas competições e relação entre derrota e rendimento;



- suporte social: papel da equipe e comissão técnica no enfrentamento da derrota.

Após a elaboração do questionário, realizou-se uma pesquisa piloto na qual foi aplicado presencialmente o instrumento em duas atletas de futsal (que atenderam aos critérios da amostra) a fim de verificar a viabilidade, a consistência e a compreensão do conteúdo do instrumento elaborado e sua coerência com o objetivo proposto. Como o estudo piloto auxilia no aprimoramento dos planos para a coleta de dados (Yin, 2005), mediante as respostas e apontamentos das atletas, realizou-se alguns ajustes no questionário para melhor atender à finalidade e ao contexto de investigação.

Os dados coletados foram transferidos para a planilha do *Google Spreadsheet*. Os dados referentes às questões fechadas foram tratados via estatística descritiva no próprio editor, enquanto as informações derivadas das questões abertas foram submetidas à análise qualitativa, orientada por procedimentos inspirados em Giorgi e Sousa (2010). Essa análise é caracterizada por algumas etapas que parte da leitura do material obtido, a fim de alcançar o sentido geral do todo; depois divide-se o material em partes, à medida que o significado do conteúdo vai se modificando – essas partes são chamadas de unidades de significado; em seguida, o pesquisador busca o sentido expresso nas unidades de significado com o propósito de chegar às categorias, que são evidências das experiências; e, por fim, elabora-se a síntese das unidades significativas, transformadas em uma declaração consistente da significação psicológica dos fenômenos observados em relação à experiência do sujeito (Giorgi & Sousa, 2010). Tais categorias serão apresentadas na seção resultados, ilustradas por trechos dos relatos dos atletas. Para garantir o anonimato e a confidencialidade das informações, os participantes foram identificados por numeração sequencial (de 1 a 34), conforme a ordem de resposta ao instrumento, sendo utilizados códigos como P1, P2, e assim sucessivamente.

Vale mencionar que após análise, as respostas foram excluídas da plataforma *online*, com vista a assegurar a confidencialidade dos dados.

RESULTADOS

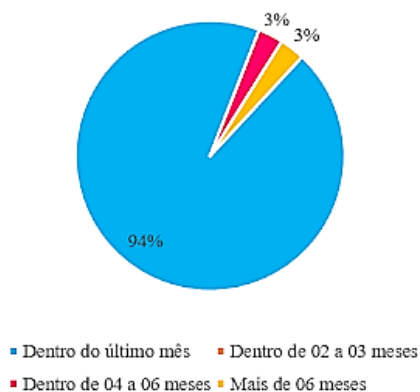
Inicialmente, serão descritos os dados provenientes das questões fechadas, analisados por meio de estatística descritiva, organizados no tópico “experiências competitivas e formas de enfrentamento no contexto da derrota”. Na sequência, são apresentadas as categorias derivadas da análise das questões abertas, organizadas em quatro temas: vitórias e derrotas como parte do processo esportivo; efeitos da derrota nos atletas; formas de enfrentamento das derrotas; e estratégias para melhoria do desempenho.

Experiências competitivas e formas de enfrentamento no contexto da derrota

Para investigar a percepção e os modos de enfrentamento das derrotas pelos participantes, buscou-se inicialmente compreender as vivências em competições. A maioria dos atletas (N: 32; F: 94%) mencionou que a última participação em competições de futsal foi dentro do último mês, como se pode ver na Figura 1.

Figura 1. Distribuição dos atletas conforme última competição em que participou.

Quando foi a última partida ou competição que você participou?



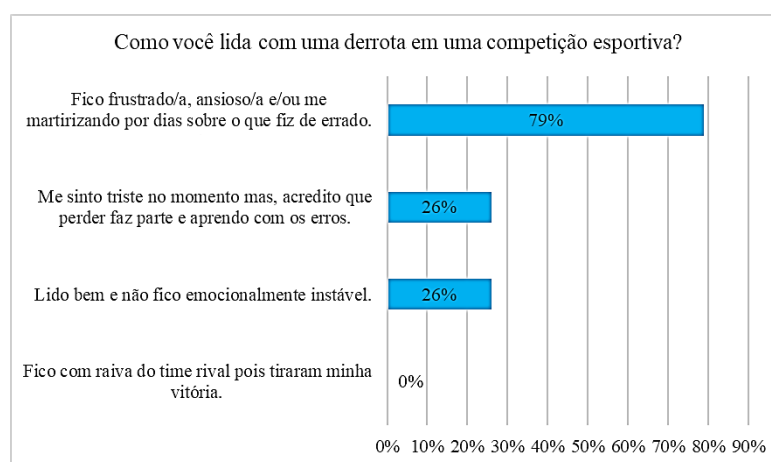
Fonte: elaborado pelos autores.

Os atletas sinalizaram alguns eventos oficiais e amadores que participaram, como: Liga Nacional de Futsal, Campeonato Paranaense de Futsal Masculino das Séries Ouro, Prata e Bronze, Campeonato Paranaense de Futsal Feminino, Campeonato Paranaense Sub 18 e Sub 20, Liga Clube da Bola, Campeonato Regional de Curiúva, Campeonato Gaúcho Série B, Copa União, Jogos Abertos do Paraná, Jogos da Juventude e Copa Oeste.

Em relação às derrotas, 25 (73%) atletas relataram se sentirem emocionalmente abalados ao sofrer uma derrota e 9 (26%) negaram se sentirem emocionalmente abalados.

Ao serem questionados sobre como lidam com essas derrotas, como observa-se na Figura 2, a maioria (N: 27; F: 79%) indicou que se sente triste no momento, mas acredita que perder faz parte do esporte e que deve aprender com os erros. Enquanto 9 (26%) responderam ficar frustrados/as, ansiosos/as e/ou se martirizando por diversos dias sobre o que fez de errado no jogo e 9 (26%) sinalizaram lidar bem e não ficar emocionalmente instáveis. Nenhum respondeu ficar com raiva do time rival.

Figura 2. Como os atletas lidam com uma derrota em uma competição esportiva.



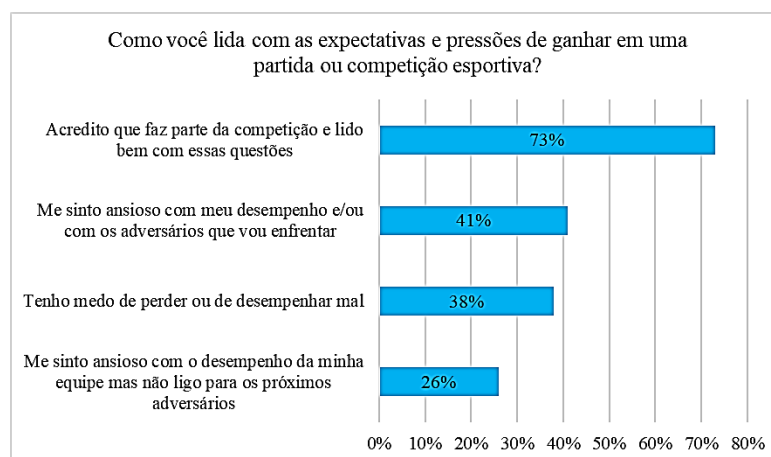
Fonte: elaborado pelos autores.

Em outro item do instrumento de coleta de dados, todos os atletas participantes

confirmaram que é importante aprender com as derrotas para se tornar um atleta melhor. Ao serem questionados se analisam as razões por trás de uma derrota para melhorar seu desempenho no futuro, 33 (97%) atletas responderam que sim. Ademais, a maioria (N: 30; F: 88%) apontou ter costume de culpar companheiros de equipe ou fatores externos por suas derrotas/perdas e 4 (12%) relataram não culpabilizar os parceiros ou outros fatores.

Em relação ao enfrentamento de expectativas e pressões para ganhar uma partida ou competição esportiva (Figura 3), 25 (73%) dos atletas responderam que acreditam que faz parte da competição e lidam bem com essas questões, 14 (41%) mencionaram se sentir ansiosos com seu desempenho e/ou com os adversários que possam vir a enfrentar, 13 (38%) apontaram ter medo de perder ou de desempenhar mal, 9 (26%) afirmaram se sentir ansiosos com o desempenho da própria equipe, mas isso não interfere nas emoções para enfrentar os próximos adversários. Nesta questão também foi possível assinalar mais de uma alternativa.

Figura 3. Como o atleta lida com as expectativas e pressões de ganhar em uma partida ou competição esportiva



Fonte: elaborado pelos autores.

Na pergunta que questionou os atletas se eles possuem algum tipo de técnica ou estratégia para lidar com a frustração após uma derrota, um total de 21 (62%) responderam que

não e 13 (38%) afirmaram que sim. Também foi questionado se eles acreditam que o profissional psicólogo no esporte desempenha um papel importante na superação de uma derrota, todos os atletas responderam positivamente.

Vitórias e derrotas como parte do processo esportivo

Essa categoria expressa o entendimento dos atletas sobre as competições em que, tanto a vitória quanto a derrota, são possibilidades intrínsecas ao mundo esportivo, como expressam as falas abaixo:

“Derrotas fazem parte do esporte, ninguém é imbatível.” (P2).

“(...) é impossível ganhar sempre.” (P18).

Sabe-se que toda competição esportiva envolve a definição de um vencedor e um perdedor, logo, nessas falas pode-se identificar que a compreensão dos atletas em relação a isso é de “conformação”, uma vez que as derrotas fazem realmente parte do que eles estão se propondo a fazer.

Nos trechos a seguir, pode-se ver que, além de uma conformação, os atletas relataram a necessidade de criar estratégias para conseguir aceitar as derrotas. Como destaca o atleta P6, apreciar os momentos de vitória e não pensar somente nas derrotas é uma dessas estratégias, uma vez que elas são inevitáveis.

“Faz parte do processo e da vida, então tem que saber lidar quando isso acontecer.” (P22).

“Entender que a vida é feita de mais derrotas do que vitórias e saber aproveitar os momentos bons e vitoriosos.” (P6).

Outra estratégia mencionada na fala do atleta P13 é a de utilizar-se das derrotas como uma forma de incentivo para estar buscando melhorar para as próximas competições.

“(...) perder faz parte do processo, os erros vêm pra tornar o atleta mais forte. Ao invés de ficar triste após uma derrota, o atleta pode usar isso de motivação, de combustível para treinar mais, se cuidar mais, e melhorar, para que em uma nova oportunidade ele possa vencer.” (P13).

Por sua vez, o atleta P31 menciona duas formas de ganhar, que envolve trabalhar, estudar e desenvolver técnicas para vencer ou mesmo somente sendo bons no que fazem.

“Existem dois times, um vai sair com a vitória, o que trabalhar mais ou o que errar menos.” (P31).

Os atletas também expressaram que nem sempre as derrotas são pelo fato de o time não saber jogar, ou seja, não envolve necessariamente a competência e a habilidade técnica das equipes:

“Quando você trabalha muito e mesmo assim perde você entende que nem sempre o melhor vence, então é seguir trabalhando para que a próxima partida seja uma vitória.” (P17).

“(...) nem sempre quando perdemos somos derrotados, e sim a equipe adversária se sobressai perante a nossa. Precisamos acreditar no trabalho, no processo.” (P30).

“(...) nem sempre a derrota que frustra, o que frustra é o baixo desempenho. Se o desempenho foi excelente do meu time, mas tivemos uma derrota para um time que foi superior, é voltar pra casa e treinar para melhorar, mas de cabeça erguida porque foi feito o melhor. Do outro lado tem alguém que trabalha e se dedica também.” (P9).

“(...) um campeão não se baseia só em resultado, mas sim em performance, às vezes você perde mas jogando muito, com os erros você aprende no que pode melhorar.” (P13).

O que a derrota produz nos atletas

Observa-se, a partir das percepções de atletas, que a vivência da derrota influencia na pressão sentida por eles e também desencadeia insegurança.

“Acho que entra um pouco de pressão no próximo jogo, pois já vem de derrota.” (P20).

“Fico mais obcecado em ganhar aquela competição” (P26).

“(...) tento sempre ser o vencedor (...).” (P26).

Por outro lado, foi possível notar que alguns atletas apresentam um otimismo para melhorar e evoluir no esporte mesmo diante da vivência da derrota. Como podemos ver, os atletas P8 e P4 concebem as derrotas como um fator de incentivo a melhorias.

“Geralmente, na maioria delas (das derrotas) dá vontade de dar a volta por cima.” (P8).

“Só me ajuda a me preparar melhor para desafios futuros.” (P4).

Em outros trechos também se percebe que os atletas buscam transformar a derrota em combustível para melhorar seu próprio desempenho:

“Treinar e dar o máximo de si, assim a confiança volta e geralmente volta a dar certo.” (P15).

“(...) trabalhe muito para que na próxima esteja mais preparado e assim a chance de perder novamente irá diminuir, e assim jogo após jogo.” (P17).

“Busco melhorar ainda mais, treino mais forte, me dedico mais em busca da vitória.” (P30).

Destaca-se, ainda, uma fala que remete à crença de que as derrotas advêm de um mau momento ou de uma fase ruim.

“(...) tudo passa, momentos ruins vem, erga a cabeça e faça o seu melhor sempre, fazendo o seu melhor você já é um vencedor.” (P6).

Meios de enfrentamento das derrotas

Na pesquisa foi possível identificar diferentes estratégias de enfrentamentos utilizadas pelos atletas diante das derrotas. Uma delas refere-se à busca pela melhoria individual e do grupo, como expressa a seguinte fala: *“Incentivar o time e eu mesmo me incentivar a melhorar jogo após jogo.” (P10).*

Neste aspecto, foi mencionado o relaxamento, o descanso e a abstração como meio de lidar com as derrotas.

“Desligo totalmente do futsal e curto a família (...).” (P9).

“Meditar, relaxar, orar, respirar calmamente.” (P25).

A união da equipe e o apoio entre os atletas também foram apontados como estratégias de enfrentamento que se situam no âmbito relacional da experiência esportiva, como mencionam as falas abaixo:

“Mostrando cada vez mais união, não se abala e continua treinando.” (P26).

“Se unindo.” (P17).

“Cada um motivando a equipe.” (P11).

“Apoio nos erros e críticas construtivas.” (P6).

“[...] precisamos sempre focar no grupo porque dependemos das nossas companheiras para conquistar os nossos objetivos.” (P30).

Outra estratégia apontada foi a autoavaliação dos erros como estratégia para o aprimoramento da equipe:

“Revisar momentos bons e ruins depois da partida (...) Procuro focar nos treinos nas coisas que vi, que errei nas partidas, entre outros.” (P14).

“Fazer uma autoanálise do meu desempenho, erros, acertos, e ver quais pontos estou tendo mais dificuldade.” (P30).

Alguns participantes, ainda, expressaram que preferem esquecer o passado e focar no futuro, não perdendo as oportunidades de buscar melhorar para alcançar os objetivos e as expectativas de vitória, como se percebe nos apontamentos a seguir:

“(...) levantar a cabeça que vai haver outra chance de vencer.” (P3).

“Não abaixar a cabeça de forma nenhuma que a Glória um dia chega.” (P4).

“Esquecer a derrota passada e focar no próximo jogo e acreditar na vitória.” (P33).

“Pensar positivo, esquecer o passado e treinar para ficar cada vez melhor.” (P24).

Outros atletas sinalizaram a concentração e a confiança como habilidades que auxiliam a lidar com as derrotas e a se desempenharem melhor nas competições posteriores. A concentração, por sua vez, foi apontada como resultado do pensamento positivo e da preparação.

“Não costumo muito pensar com antecedência em uma derrota, sempre com o pensamento positivo tentando estar o mais concentrado possível.” (P8).

“(...) se preparar mais antes de qualquer partida, elevando o nível de concentração e confiança.” (P8).

“(...) a confiança volta com os treinamentos.” (P15).

Neste sentido, o trabalho psicológico foi percebido como importante para os atletas, uma vez que eles próprios demonstraram reconhecimento disso a partir das seguintes falas:

“Manter o psicológico bom para não ficar se culpando.” (P23).

“Sempre tentar manter o psicológico em um bom estado.” (P28).

“Sempre buscar evoluir, trabalhar mais o psicológico, se incentivar, trabalhar mais duro pra vir bons resultados.” (P10).

“Busco melhorar, principalmente, a questão mental, para que eu possa treinar bem e

desempenhar uma melhor performance no próximo jogo.” (P25).

De outra perspectiva, observou-se que a espiritualidade também foi apontada como um meio de enfrentamento e, no esporte, é algo que se faz presente como símbolo de esperança.

As falas abaixo ilustram este aspecto:

“Levantar a cabeça, trabalhar e ter fé que as coisas boas vão chegar.” (P20).

“Continue treinando, batalhando que Deus irá te honrar.” (P26).

“Acreditar que pra tudo existe um propósito, nas derrotas também ganhamos e serve de aprendizado pra nos preparar para situações futuras. Então, confiar no seu potencial, buscar melhorar todos os dias e deixar que Deus cuide de tudo.” (P27).

Estratégias para melhorar o desempenho

Os participantes apresentaram em suas respostas algumas estratégias para melhorar o desempenho esportivo, visto que, segundo eles, é a partir dessa “evolução” que o sucesso ou a vitória podem ser alcançados.

O diálogo foi uma das estratégias apontadas por muitos atletas, viabilizando a realização de uma boa comunicação, compreensão e resolução de problemas:

“Conversar sobre o que está ocasionando o insucesso, buscar maneiras de que o atleta possa compreender a dinâmica do time, num todo e posterior a concentração no jogo.” (P25).

“Conversando sobre o jogo racionalmente sem apontar dedos, apenas sendo sinceros e pontuando os pontos a serem melhorados.” (P7).

“Com incentivo e falando coisas positivas.” (P10).

“Elogiando, dando conselhos, reerguendo a confiança e etc.” (P14).

“Com palavras construtivas e positivas.” (P29).

A aprendizagem a partir dos erros também consiste em um caminho para mudanças e melhorias até porque as derrotas são percebidas e influenciadas pelos erros, logo, a avaliação e a aprendizagem podem contribuir com a experiência esportiva:

“Procure estar preparado para fazer o seu melhor, aprenda com as derrotas, elas são importantes no processo, só não se acostume a perder, pois ser um perdedor no que faz não irá te fazer bem. É hora de rever os conceitos e fazer uma mudança.” (P9).

“Aprender com os erros para não cometer novamente.” (P21).

“(...) perder sempre é ruim, mas acredito que nos ensina mais que a vitória, então precisamos buscar ter discernimento para enfrentar nossos fracassos.” (P30).

Além disso, a atribuição de uma responsabilidade individual foi percebida em algumas respostas:

“A sua evolução só depende de você.” (P14).

“Cada um assumindo seus erros e suas responsabilidades.” (P9).

“Acho que é consciência de cada atleta e comissão o limite de cada um e saber o que tem que fazer ou seu papel na equipe pra ajudar um todo e não uma situação específica.” (P27).

O individualismo acaba se fazendo presente, uma vez que nas práticas esportivas de alto rendimento o atleta, em grande parte dos casos, está sempre em busca de elevar sua carreira, por meio de seu desempenho individual. O futsal, apesar de ser um esporte coletivo, demanda muito empenho individual de cada atleta, o que pode promover estas percepções.

DISCUSSÃO

Os resultados indicam que a derrota é reconhecida pelos atletas como parte constitutiva do esporte, o que está em consonância com estudos que apontam a coexistência de vitória e derrota ao longo da trajetória esportiva. Todavia, observamos também distintas respostas frente



às derrotas, evidenciando que essa experiência envolve diferentes percepções e enfrentamentos.

Apesar de sua naturalização no contexto esportivo, a derrota continua sendo uma experiência significativa, frequentemente associada a sentimentos de frustração e pressão. Esse achado corrobora com a literatura que aponta a centralidade do desempenho e da vitória na construção da identidade do atleta. Para Rubio (2023), a derrota ainda é vista como algo que precisa ser evitada a todo custo, uma vez que está relacionada a sentimentos “como tristeza, a depressão, o recolhimento, a quietude, o silêncio” (p. 3-4), além da cobrança advinda por parte da mídia, da torcida, das empresas patrocinadoras, as quais criam e reforçam um ideal de um atleta invencível. Neste contexto, Tuncel (2015) retrata o desprezo por parte do público, o qual acaba aludindo que o atleta perdedor é alguém que não atingiu toda sua plenitude, portanto não se torna merecedor e se torna um ser “descartável”, enquanto os vitoriosos são comparados a verdadeiros heróis. Por isso, o simples fato de pensar em uma derrota pode abalar emocionalmente o atleta ou o grupo, assim como seu desempenho em futuras competições.

Na figura 2, a indicação de sentimentos como frustração, ansiedade e culpa, como respostas à derrota, associada à pressão por desempenho, sugere que a derrota pode intensificar demandas já presentes no contexto competitivo, especialmente em modalidades coletivas. Como discute Rubio (2006), durante a carreira esportiva, o atleta obrigatoriamente viverá a vitória e a derrota. Portanto, entendemos, que é fundamental para o atleta saber lidar com a certeza de que nem sempre será o vencedor, e que o resultado de uma partida não define seu valor e suas habilidades.

Nesse sentido, notamos que, embora a derrota seja reconhecida pelos atletas como parte do processo esportivo, ela produz impactos em sua experiência, manifestando-se por meio de sentimentos de pressão, insegurança e necessidade de superação. Observamos que 73% dos participantes relataram sentir-se afetados após uma derrota, ao mesmo tempo em que uma



parcela significativa descreve respostas voltadas à retomada do desempenho, como “dar a volta por cima” e “preparar-se melhor para desafios futuros”. Esses achados indicam que a derrota mobiliza tanto efeitos negativos imediatos quanto movimentos de reorganização voltados ao aprimoramento do desempenho.

Essa ambivalência observada nos resultados permite compreender que a forma como o atleta interpreta essa experiência influencia diretamente suas respostas no contexto competitivo. Assim, a percepção de capacidade para lidar com a derrota torna-se um elemento central.

Sonstroem e Morgan (1989) discorrem que a percepção da autoeficácia influencia positivamente no aumento da autoestima, dando início a um processo de retroalimentação. Esse processo ocorre quando há uma melhora da autoeficácia que contribui para a percepção da autoestima global do indivíduo. Por outro lado, os relatos de pressão e insegurança identificados entre os participantes indicam que a derrota também pode fragilizar essa percepção de capacidade. A insegurança está associada ao medo que o atleta possui de continuar a perder. De acordo com Hackfort e Schwenkmezger (1993) e Samulski (2002), o medo decorre da percepção do atleta sobre sua capacidade de lidar com as exigências do contexto esportivo, podendo ser intensificado em níveis mais elevados de competição.

Nesse cenário, a autoconfiança assume papel relevante, uma vez que, conforme aponta Roffé (1999), níveis mais elevados de confiança estão associados a menor insegurança, maior capacidade de tomada de decisão e melhor controle sobre os medos durante a prática esportiva. Diante disso, Becker (2012) destaca a importância da atuação da Psicologia do Esporte no apoio aos atletas, contribuindo para que consigam lidar com as demandas do contexto competitivo.

Ainda nesse contexto, os resultados indicam diferentes formas de resposta dos atletas frente à derrota no que se refere à atribuição de responsabilidades e à análise do desempenho.



A tendência de atribuir a responsabilidade das derrotas a fatores externos pode ser compreendida como uma forma de lidar com o resultado negativo. Por outro lado, a frequência de atletas que relatam analisar as causas das derrotas aponta para a presença de estratégias voltadas ao aprimoramento do desempenho. Compreendemos que a análise dos jogos anteriores pode auxiliar na melhoria do desempenho futuro, uma vez que, ao revisar as partidas passadas, é possível identificar pontos fortes e fracos, padrões de jogo e estratégias eficazes, contribuindo para mudanças e aprendizado.

Na perspectiva fenomenológica, podemos considerar por meio de Frascareli (2021), que o corpo do atleta torna-se o corpo habitual pois, o conhecimento e a repetição do gesto se estruturam de forma não reflexiva, ante predicativa e se torna domínio do gesto. O hábito é uma corporificação não reflexiva do ser-no-mundo (Hogeveen, 2012 apud Frascareli, 2021). Isto quer dizer que ao longo dos anos de prática, o corpo apreende o que é necessário e requisitado para executar os gestos. Quem os executa pensadamente é o aprendiz, mas uma vez adquirindo o movimento, ele se faz corpo (Frascareli, 2021). Refletir sobre os gestos dos jogos anteriores pode constituir uma ferramenta de aprendizagem na aquisição de hábitos outros que conduzirá o atleta. Essa análise pode permitir que atletas e equipes aprendam com seus erros e aprimorem suas habilidades para as próximas competições (Grego & Praça, 2020).

No que concerne às estratégias de enfrentamento, os resultados evidenciam tanto recursos individuais quanto coletivos. Embora 62% dos participantes tenham indicado não utilizar técnicas estruturadas, os relatos qualitativos revelam a presença de estratégias, como relaxamento, afastamento momentâneo do contexto esportivo, apoio familiar, incentivo entre colegas, autoavaliação do desempenho, foco em situações futuras, manutenção da confiança, espiritualidade e diálogo com a equipe.

Essas estratégias se expressam tanto em ações voltadas à autorregulação, como “desligar do futsal”, “relaxar” ou “manter o pensamento positivo”, quanto em práticas



coletivas, como “incentivar o time”, “motivar a equipe” e “conversar sobre o jogo sem apontar culpados”. Além disso, a análise dos próprios erros e a busca por aprimoramento aparecem como elementos recorrentes, indicando que a derrota também é mobilizada como oportunidade de reorganização do desempenho.

Nesse sentido, a utilização de estratégias de relaxamento e afastamento momentâneo pode contribuir para a recuperação do atleta, favorecendo seu desempenho e suas relações no contexto esportivo (Bergamini, 2017). Da mesma forma, os relatos que destacam o apoio entre companheiros e a união da equipe podem ser compreendidos à luz do conceito de coesão de grupo, entendido como um processo dinâmico que favorece o engajamento coletivo na busca por objetivos comuns (Carron, Hausenblas & Eys, 2005), sendo associado ao sucesso competitivo (Carron, Bray & Eys, 2002; Tertuliano et al., 2023; Xavier et al., 2020).

Na perspectiva individual, estratégias relacionadas à concentração, autoconfiança e regulação emocional também se mostram relevantes. Estudos indicam que essas competências estão associadas a melhores níveis de desempenho e à capacidade de lidar com situações adversas no esporte (Jones, Hanton & Connaughton, 2002; Liz et al., 2009; Rodrigues et al., 2016). O desenvolvimento contínuo dessas habilidades pode contribuir para que os atletas enfrentem as demandas do contexto competitivo com maior estabilidade e foco (Lavoura, Zanetti & Machado, 2008; Santi, Gonçalves & Pot, 2022).

Além disso, a espiritualidade aparece como um recurso mobilizado por alguns atletas, associada à construção de confiança e à forma de lidar com incertezas e adversidades no esporte (Noh & Shahdan, 2020). Por fim, os relatos que enfatizam o diálogo, o feedback e a comunicação entre os membros da equipe reforçam a importância das interações no contexto esportivo, uma vez que habilidades comunicacionais favorecem tanto o desempenho quanto o desenvolvimento dos atletas (Weinberg & Gould, 2017).

Observamos, diante desses achados, a importância de um trabalho contínuo no contexto



esportivo, que considere o atleta para além do desempenho imediato, reconhecendo-o como sujeito em desenvolvimento e inserido em um processo de aprendizagem. Rubio (2003) ressalta a necessidade de olhar e intervir sob o atleta em sua integralidade, visando o ser humano em desenvolvimento.

Os resultados mostraram que a derrota não se constitui apenas como um evento pontual, mas como uma experiência que pode repercutir ao longo da trajetória esportiva, especialmente na ausência de recursos para sua elaboração, resultando em instabilidade emocional, insegurança, dificuldades na recuperação do desempenho, entre outras consequências apontadas pela literatura.

Diante disso, o reconhecimento unânime da importância do trabalho psicológico por parte dos atletas reforça a relevância de intervenções voltadas à preparação esportiva que considerem não apenas o desempenho, mas também a forma como os atletas lidam com os resultados. Tais intervenções podem contribuir para o desenvolvimento de recursos que favoreçam o enfrentamento das derrotas, a manutenção da confiança e a continuidade do processo de desenvolvimento no esporte.

Para Feijó (1998), a preparação psicológica deve encontrar um equilíbrio entre os interesses pessoais do atleta e relacioná-los com as demandas do ambiente esportivo. O autor compreende que esse acompanhamento psicológico atua como mediador de conflitos internos que causam instabilidade emocional e que podem surgir após uma derrota.

Paiva e Carlesso (2018) apontam que o papel do psicólogo na área esportiva, não somente em relação às derrotas, mas também em seu contexto geral, é muito importante, uma vez que o mesmo visa oferecer suporte emocional, ajudar na recuperação psicológica, promover o aprendizado e o crescimento, e auxiliar na construção da resiliência e confiança do atleta. Dessa forma, a atuação da Psicologia pode auxiliar os atletas a atingirem seu potencial máximo para terem um bom desempenho no esporte de alto rendimento, além das habilidades



de comunicação para manter um relacionamento saudável entre membros da equipe e saber lidar com as emoções de antes e depois de um campeonato.

Esta pesquisa destaca a necessidade de atuação preventiva da Psicologia do Esporte. Intervenções realizadas antes das temporadas competitivas podem contribuir para o desenvolvimento e fortalecimento da autoconfiança dos atletas, favorecendo o enfrentamento de situações dentro e fora do contexto esportivo, com menor impacto sobre treinos e competições e com repercussões positivas no desempenho e no desenvolvimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste estudo foi investigar como atletas de futsal percebem e enfrentam as situações de derrota no contexto competitivo. Foi possível notar que a maioria dos atletas se sente afetada pela derrota, o que os mobiliza a diferentes formas de lidar com a situação e se desenvolver como atleta.

Observamos que, ao mesmo tempo em que a derrota pode gerar desmotivação, pressão e insegurança, também é reconhecida por parte dos atletas como elemento constitutivo do esporte e como oportunidade de desenvolvimento, conforme evidenciado nas diferentes formas de enfrentamento relatadas, como a autoavaliação, o foco em situações futuras e o apoio coletivo.

Nesse sentido, a forma como os atletas interpretam e lidam com essas experiências demonstra que a compreensão das próprias limitações e habilidades pode favorecer o manejo das demandas do contexto esportivo.

A realização deste estudo apresentou algumas dificuldades e limitações, como a escassa literatura, uma vez que a temática ainda é pouco explorada. Outra dificuldade encontrada esteve relacionada à adesão dos participantes.

Ao concluir as análises, é possível acreditar que este estudo pode contribuir para a compreensão sobre como atletas de alto rendimento lidam com os sentimentos emergentes em situações de competições, assim como também ressaltou a importância e o papel do trabalho da Psicologia neste cenário. Além disso, os resultados sugerem a necessidade de articular, à preparação do atleta e da equipe, estratégias (como análise de jogo, incentivo à autoavaliação, fortalecimento da coesão da equipe e desenvolvimento de habilidades como concentração, confiança e regulação emocional) que podem auxiliar no enfrentamento dos resultados e das derrotas, a fim minimizar seus impactos negativos e potencializar seu uso como ferramenta de aprendizagem no contexto esportivo.

Para pesquisas futuras, sugere-se investigar: a) a adesão ao trabalho da Psicologia no âmbito esportivo; b) análises comparativas sobre o enfrentamento de situações esportivas quando os atletas e as equipes são e/ou não são acompanhados por psicólogos/as; c) experiências de intervenções psicológicas com equipes ao longo da temporada de preparação e de participação nas competições.

REFERÊNCIAS

Almeida, M. A. B., & Gutierrez, G. L. (2009). Esporte e sociedade. *Revista Digital*, 14(133).

<http://www.efdeportes.com/>

Amblard, I., & Cruz, F. L. (2015). Sentidos de vitória/derrota para os pais segundo atletas do alto rendimento. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(3), 643–658.

Bergamini, A. (2017). *O efeito de técnicas de relaxamento em atletas iniciantes do nado sincronizado* (Trabalho de conclusão de curso). Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/7948/1/CT_COEFI_2017_2_01.pdf

- Bernard, H. R. (2005). *Research methods in anthropology: Qualitative and quantitative approaches*. AltaMira Press.
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A., & Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport*. Fitness Information Technology.
- Coakley, J. (1994). *Sport in society: Issues and controversies* (4th ed.). Mosby College.
- Conde, E., Figueira, A., Angelo, L., Pereira, A., & Carvalho, C. (2019). *Psicologia do esporte e do exercício: Modelos teóricos, pesquisa e intervenção*. Passavento.
- Creswell, J. W. (2010). *Projeto de pesquisa: Métodos qualitativo, quantitativo e misto* (3ª ed.). Artmed.
- Didymus, K. M., & Fletcher, D. (2022). Psychological stress in sport performers: A review of stressors and coping strategies. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 1–28.
- Feijó, O. G. (1998). *Psicologia para o esporte: Corpo & movimento* (2ª ed.). Shape.
- Frascareli, L. S. (2021). *Ser atleta e desempenho esportivo: Reflexões a partir da fenomenologia existencial*. [Tese de doutorado]. Universidade de São Paulo.
- Freitas, G., & Rigo, L. C. (2009). Discursos de uma derrota: Um estudo da produção discursiva sobre a eliminação da seleção brasileira na Copa do Mundo de 2006. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 30(3), 111–125.
- Furtado, R. N., & Luiz, G. M. (2019). Melhoramento humano no esporte: Aspectos éticos e sociais do doping. In K. Rubio & J. A. de O. Camilo (Orgs.), *Psicologia social do esporte* (pp. 121–137). Képos.
- Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social* (6ª ed.). Atlas.
- Greco, P. J., & Praça, G. M. (2020). *Treinamento tático no futebol: Teoria e prática*. Appris.
- Hackfort, D., & Schwenkmezger, P. (1993). Anxiety. In R. N. Singer, M. Murphey, & L. K. Tennant (Orgs.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 328–364).

Macmillan.

Justos, M. R. (2019). Abordagem centrada na pessoa na prática da psicologia do esporte. In E. Conde, A. Figueira, L. Angelo, A. Pereira, & C. Carvalho (Orgs.), *Psicologia do esporte e do exercício: Modelos teóricos, pesquisa e intervenção* (pp. 202–212). Passavento.

Liz, C. M., Matias, T. S., Vasconcellos, D. I. C., Rocha, C. A., Segato, L., & Andrade, A. (2009). Autoconfiança e desempenho esportivo. *Revista Digital*, 14(133).
<https://www.efdeportes.com/efd133/autoconfianca-e-desempenho-esportivo.htm>

Marković, V., & Milošević, M. (2023). The influence of technical and tactical elements of water polo on victory and defeat in Champions League matches. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(5), 1297–1305.

Nicholls, A. R., Levy, A. R., Carson, F., & Polman, R. (2023). Stress, coping, and emotions in sport: A review and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 1–25.

Noh, Y.-E., & Shahdan, S. (2020). A systematic review of religion/spirituality and sport: A psychological perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 46, 101603.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101603>

Pacheco, L. T., & Silva, M. A. (2023). Crônicas da derrota: A culpa pelo fracasso e suas narrativas. *Contracampo*, 42(1), 1–17.

Paiva, E. M., & Carlesso, J. P. P. (2019). A importância do papel do psicólogo do esporte na atualidade. *Research, Society and Development*, 8(3), 1–17.

Ribeiro, P. (2019). Uma trajetória da psicologia do esporte no futebol do Rio de Janeiro. In E. Conde, A. Figueira, L. Angelo, A. Pereira, & C. Carvalho (Orgs.), *Psicologia do esporte e do exercício: Modelos teóricos, pesquisa e intervenção* (pp. 286–300). Passavento.

- Roffé, M. (1999). *Psicología del jugador de fútbol: Con la cabeza hecha pelota*. Lugar Editorial.
- Rodrigues, C. J. D. L., Martins, F. R., Gomes, P. D. F., Lemos, W. M., & Scoss, D. M. (2016). A importância da atenção e concentração no âmbito esportivo. *Fiep Bulletin*, 86(1). <https://doi.org/10.16887/fiep.v86i1.5642>
- Rubio, K. (2000). *Encontros e desencontros: Descobrimos a psicologia do esporte*. Casa do Psicólogo.
- Rubio, K. (2003). Análise social do fenômeno esportivo e o papel do psicólogo. In K. Rubio (Org.), *Psicologia do esporte aplicada*. Casa do Psicólogo.
- Rubio, K. (2006). O imaginário da derrota no esporte contemporâneo. *Psicologia & Sociedade*, 18(1), 86–92.
- Rubio, K. (2007). Ética e compromisso social na psicologia do esporte. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 27(2), 304–315.
- Rubio, K. (2019). Identidade heroica e narrativas biográficas: A memória do esporte por atletas olímpicos. *Olimpianos*, 3, 1–24.
- Rubio, K. (2023). A estrutura imaginária da derrota no esporte. *Olimpianos*, 7, 1–15.
- Samulski, D. M. (2002). *Psicologia do esporte*. Manole.
- Santi, B. B., Gonçalves, I. B., & Pot, K. O. (2022). A atuação do psicólogo esportivo no cheerleading. In *Aprendizagem significativa em práticas de estágios* (Vol. 1). Editora Científica Digital.
- Santos, A. S., & Cillo, E. N. P. (2019). Análise do comportamento no esporte. In E. Conde, A. Figueira, L. Angelo, A. Pereira, & C. Carvalho (Orgs.), *Psicologia do esporte e do exercício: Modelos teóricos, pesquisa e intervenção* (pp. 274–284). Passavento.
- Silva, T., Silva, S., & Borba, L. (2018). Índices quantitativos de vitórias e derrotas. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 10(36), 89–93.

- Silva, A. S., Ferreira, L., Ribeiro, A., Barbosa, C., Silva, J., & Oliveira, J. (2019). Indicadores técnicos das equipes vencedoras e perdedoras. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 11(44), 382–388.
- Silveira, D. F. (2021). Análise dos fatores que provocam o abandono da prática esportiva. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal da Paraíba.
- Sonstroem, R. J., & Morgan, W. P. (1989). Exercise and self-esteem: Rationale and model. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 21(3), 329–337.
- Telles, T. C. B. (2019). Perspectiva fenomenológica em psicologia do esporte. In E. Conde, A. Figueira, L. Angelo, A. Pereira, & C. Carvalho (Orgs.), *Psicologia do esporte e do exercício: Modelos teóricos, pesquisa e intervenção* (pp. 255–273). Passavento.
- Tempone, G. M. T., & Silva, C. D. (2012). Indicadores quantitativos de vitórias e derrotas. *Revista Brasileira de Futebol*, 5(1), 42–46.
- Tertuliano, V. W., et al. (2023). Variabilidade dos níveis de coesão de grupo. *Revista Pesquisa em Psicologia Aplicada*, 1(1).
- Torres, V. B. C., et al. (2020). Technical-tactical performance and states of humor. *Research, Society and Development*, 9(8).
- Tuncel, Y. (2015). Defeat, loss, death, and sacrifice in sports. *Journal of the Philosophy of Sport*, 42(3), 409–423. <https://doi.org/10.1080/00948705.2015.1038828>
- Viana, D. F. W., & Mezzaroba, C. (2013). O esporte de alto rendimento faz mal à saúde? *Motrivivência*, 190–205.
- Vieira, L. F., Vissoci, J. R. N., Oliveira, L. P. O., & Vieira, J. L. (2010). Psicologia do esporte: Uma área emergente. *Psicologia em Estudo*, 391–399.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2017). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Artmed.
- Xavier, G. H. C., et al. (2020). Coesão de grupo no basquetebol. *Arquivos de Ciências da*



Saúde da UNIPAR, 24(1), 53–59.

Yin, R. K. (2005). *Estudo de caso: Planejamento e métodos* (3ª ed.). Bookman.