

O esporte como elemento socializador e formador de crianças e jovens

Giselle Braga de Aquino¹, psicologia@faminas.edu.br

1. Mestre em Psicologia Social pela Universidade Salgado de Oliveira (Universo), Niterói, RJ. Professora e coordenadora do Curso de Psicologia da Faculdade de Minas (FAMINAS), Muriaé, MG.

Artigo protocolado em 12 fev. 2011 e aprovado em 26 maio 2011.

RESUMO: Este trabalho investigou o esporte como elemento socializador e formador de crianças e jovens. Para torná-lo possível, foram entrevistadas 13 atletas na faixa etária de 12 a 16 anos que participavam de um projeto social no ano de 2004 na cidade do Rio de Janeiro. O trabalho objetivou verificar como o esporte pode ser utilizado como um agente socializador e quais os principais valores adquiridos a partir do trabalho em equipe, além dos benefícios do acompanhamento psicológico na formação e desenvolvimento dos aspectos maturacionais, emocionais e psicossociais de esportistas. Os principais resultados alcançados foram a utilização, por parte das atletas, dos ensinamentos do esporte para a vida; o esporte como aprendizado para o trabalho em equipe; e, os benefícios do acompanhamento psicológico em equipes esportivas.

Palavras-chave: esporte, Psicologia, socialização pelo esporte.

RESUMEN: El deporte como elemento socializador y formador de niños y jóvenes.

Este estudio investigó el deporte como instructor y la socialización de niños y jóvenes. Para que sea posible, se entrevistó a 13 atletas de 12-16 años que participaron en un proyecto social en 2004 en Río de Janeiro. El objetivo del estudio fue ver cómo el deporte puede ser utilizado como un agente de socialización y cuáles son los principales valores adquiridos en el trabajo en equipo y los beneficios de la formación psicológica y los aspectos de desarrollo de los atletas de maduración, emocional y psicosocial. Los principales resultados fueron la utilización por los atletas, la enseñanza del deporte para la vida, el deporte y aprender a trabajar en equipo, y los beneficios psicológicos de un equipo deportivo.

Palabras llaves: deporte, la psicología, la socialización de este deporte.

ABSTRACT: The sport as a socializing element and trainer of children and youth.

This study investigated the sport as instructor and socialization of children and youth. To make it possible, we interviewed 13 athletes aged 12-16 years who participated in a social project in 2004 in Rio de Janeiro. The study aimed to see how sport can be used as a socializing agent and what are the main values acquired from the teamwork and the benefits of psychological training and development aspects of the maturational, emotional and psychosocial athletes. The main results were the use by the athletes, teaching the sport for life, sport and learning to work as a team, and the psychological benefits of a sports team.

Keywords: sport, psychology, socialization of the sport.

Introdução

A Psicologia do Esporte pode ser considerada uma nova área da Psicologia em plena expansão. Acredita-se que ela tenha surgido na última década do século XIX, tendo chegado ao Brasil na década de 50, a partir do trabalho desenvolvido pelo psicólogo João Carvalhaes. Porém, apenas nos anos 90, ela ganhou força, com os trabalhos acadêmicos desenvolvidos tanto por profissionais da Psicologia como da Educação Física.

No presente trabalho, apresentou-se um breve levantamento histórico do nascimento da Psicologia do Esporte no mundo e no Brasil; além das possibilidades de atuação do psicólogo esportivo.

Entre os objetivos centrais do estudo encontra-se a verificação de como o esporte pode ser utilizado como um agente socializador dos principais valores adquiridos com o trabalho em equipe; e, dos benefícios do acompanhamento psicológico na formação e desenvolvimento dos aspectos maturacionais, emocionais e psicossociais de esportistas.

O esporte como agente socializador introduz hábitos e regras sociais que serão úteis para a vida dos atletas, sendo ele imprescindível no desenvolvimento físico, psíquico e emocional de seus praticantes, e para a formação de um caráter forte. Com o trabalho em equipe, desenvolvem-se valores como: respeito, confiança, cooperação, responsabilidade, entre outros.

O interesse por esta área surgiu a partir da disciplina cursada durante a graduação de Psicologia na Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro e a partir da realização de um estágio, no período de 2002 a 2004, em uma ONG localizada na zona sul da cidade do Rio de Janeiro. Esta tinha como foco principal a utilização do esporte como elemento socializador para crianças e adolescentes do sexo feminino que participavam de seus projetos.

I – Revisão de literatura

A Psicologia do Esporte nasceu na última década do século XIX, sendo que os primeiros trabalhos desta área tinham o objetivo de mostrar aos profissionais de Educação Física a importância dos benefícios psicológicos para a prática das atividades físicas e esportivas (BURITI, 2009).

Para Raposo (1996), os primeiros estudos estavam, na realidade, vinculados às opiniões pessoais dos estudiosos da época, não havendo estudos experimentais que lhes desse embasamento. Os estudos buscavam, em sua maioria, explicar por que o homem praticava esportes e qual a relação entre o jogo e o desenvolvimento humano.

Epiphany (1999) relata que, na maior parte das vezes, a partir de uma demanda esportiva surgem reflexões envolvendo a Psicologia e a prática física, fato que decorreu principalmente em função do alto nível de aperfeiçoamento técnico dos atletas. Paralelo a isso, percebeu-se que “havia atitudes psicológicas que favoreciam alguns atletas, o que motivou o início das investigações dos fenômenos psicológicos relacionados à prática esportiva” (EPIPHANIO, 1999, p. 70).

O primeiro estudo realizado nesta área foi o de Norman Triplett (1898), psicólogo da Universidade de Indiana que, em 1895, estudou o rendimento de ciclistas em várias situações: a) quando corriam contra o relógio; b) quando corriam com um padrão, e; c) quando corriam em grupos. Triplett chegou à conclusão de que os ciclistas aumentavam seu rendimento quando corriam com outros ciclistas.

Na Universidade de Yale, segundo Buriti (2009), trabalhando com a personalidade, Scripture levantou a hipótese de que os traços de personalidade trabalhados através do esporte poderiam ser transferidos para outras esferas da vida do indivíduo. Várias pesquisas com o intuito de demonstrar que o caráter do indivíduo poderia ser desenvolvido através do esporte foram realizadas, sendo este trabalho publicado em 1899.

A partir destes estudos, pode-se constatar, de acordo com Feliu (1997), o surgimento de publicações como, em 1901, na Europa, Jusserand publicou um livro a respeito da Psicologia do futebol. Em 1903, Patrick publicou um artigo no **American Journal of Psychology** em que defendia que as fortes emoções inibidas pela sociedade podiam ser descarregadas durante um jogo de futebol americano. Neste mesmo ano, nos Estados Unidos Khron destacou a importância da Psicologia na preparação do professor de Educação Física. E em 1913, Benary concluiu sua tese de doutorado com o tema: A teoria psicológica do esporte.

Mas foi Coleman Griffith quem tornou a Psicologia do Esporte uma profissão, fazendo dela uma carreira acadêmica e dando origem ao primeiro laboratório de psicologia aplicada ao esporte (VIEIRA, 2010). Griffith publicou vários artigos, e duas de suas obras merecem destaque: **Psychology of Coaching**, em 1926, e **Psychology of Athletics**, em 1928.

Este autor foi considerado o pai da Psicologia do Esporte. Ele foi, talvez, o primeiro psicólogo contratado para trabalhar com uma equipe esportiva com o objetivo de melhorar o rendimento da mesma.

As pesquisas de Griffith iniciam-se com três áreas básicas de investigação: a) habilidade psicomotora, b) aprendizagem e c) variáveis de personalidade. Ao longo de sua trajetória, ele criou testes e aparelhos que mediam o tempo de reação à carga muscular e o relaxamento; o alerta mental, o tempo de reação

ao som, à luz e à pressão; e, utilizou questionários e técnicas de entrevistas para colher novos dados para as suas pesquisas (BURITI, 2009).

Mas foi durante os anos 60, que segundo Rubio (1999, p. 61), a Psicologia do Esporte

viveu uma fase de grande produção e relação de nomes como Cratty, Oxendine, Solvenko, Tutko, Olgivie, Singer e Antonelli, que marcaram a história da área com contribuições voltadas para a psicologia social na atividade física e no esporte, culminando em várias publicações que influenciam os trabalhos até os dias de hoje.

A partir daí, cursos de graduação, pesquisas, congressos, publicações cresceram consideravelmente. Entre 1924-1949, eram em torno de 220 trabalhos publicados por ano, e, entre 1969-1977, 550 trabalhos publicados por ano. Atualmente, as publicações giram em torno de 2000 trabalhos por ano (BURITI, 2009).

Pode-se constatar que o principal foco de interesse da Psicologia do Esporte é o esporte de alto nível e os temas estudados ainda são, em sua maioria, os mesmos do início da história da Psicologia do Esporte.

No Brasil, a Psicologia do Esporte teve um início mais tardio, tendo chegado ao país apenas na década de 50. Assim como em outras partes do mundo, o desenvolvimento desta nova área foi consequência da necessidade de alcançar resultados cada vez melhores no esporte competitivo de alto nível, o que levou os profissionais a buscarem conhecimentos psicológicos que auxiliassem na conquista da performance esperada.

De acordo com Epiphanyo (1999), João Carvalhaes foi o primeiro a desenvolver um trabalho na área de Psicologia do Esporte no Brasil. Este foi realizado em 1954, junto à seleção de juizes da Federação Paulista de Futebol. Posteriormente, ele iniciou um acompanhamento psicológico com os jogadores do São Paulo Futebol Clube. A partir daí surgem nomes como, Athayde Ribeiro da Silva, João Serapião, Sandra Cavasini, William de Lima, Eliane Abdo Philippi, Flavio Gikovate, Maria Regina Brandão, Suzy Fleury, profissionais que contribuíram e contribuem no desenvolvimento da Psicologia do Esporte como ciência e profissão no Brasil.

A disciplina Psicologia do Esporte, porém, ainda é pouco encontrada nas Universidades. Abdo (2000) relata sobre a sua importância, afirmando que a inclusão de tal matéria nos currículos das faculdades de Psicologia e Educação Física é, a seu ver, fundamental para que se alcance uma maior evidência deste campo de atuação.

Outro problema está no fato que os trabalhos que existem atualmente, em sua maioria, são iniciativas isoladas, o que acaba evidenciando a falta de união entre as duas profissões envolvidas nessa área, a Educação Física e a Psicologia, prejudicando a solidificação da Psicologia do Esporte no Brasil.

A Psicologia do Esporte possui áreas de atuação e estudo bastante abrangentes, mais ainda, pouco exploradas. Algumas atribuições vêm sendo aos poucos traçadas aos psicólogos esportivos, entre elas: trabalhar as realizações e as decepções dos atletas; diminuir os efeitos negativos das torcidas; destacar os aspectos positivos da liderança; e, minimizar a cobrança dos pais, fãs e familiares dos atletas.

De acordo com Miracle (1992), ao psicólogo do esporte cabe, frente a uma equipe esportiva, assessorar, informar, ensinar e ser um agente de transformação, direcionando estas funções tanto aos atletas, ao técnico, aos dirigentes e à família, como também aos torcedores e aos profissionais da mídia.

O psicólogo do esporte pode ter um caráter clínico, de pesquisador e educador trabalhar com o esporte de alto rendimento, o esporte escolar, o esporte recreativo e o esporte de reabilitação.

Mas, neste trabalho, destacou-se uma nova área de atuação para os psicólogos esportivos, um campo interligado ao movimento de ação social que, segundo Epiphanyo (1999), visa à melhoria da qualidade de vida dos cidadãos. Esta área depende de investimentos do governo ou iniciativas não governamentais que possam ajudar crianças e jovens de camadas menos favorecidas da sociedade a terem acesso a programas completos, em que não haja apenas a prática esportiva, mas também o incentivo à saúde, à educação e à alimentação, entre outras necessidades básicas. Esta integração visaria o bem-estar dos indivíduos, criando possibilidades futuras, inclusive no esporte.

Para a autora “um psicólogo integrado em um projeto como este forneceria acompanhamento psicológico para estas crianças, trabalhando futuros atletas, ainda em sua formação”(p. 71). Mais do que trabalhar atletas, trabalhar pessoas, por isto este profissional é imprescindível para o sucesso do trabalho.

Um dos elementos a serem desenvolvidos neste campo de atuação é a socialização, ou seja, a socialização através do esporte. Na realidade, a socialização já ocorre em nossa sociedade desde seu surgimento, pois para que os indivíduos convivam entre si, a sociedade desenvolveu valores, normas, leis, tabus, tradições e hábitos, o que requer um contínuo processo de aprendizagem e desenvolvimento social.

Segundo Thomas (1983), a socialização é o processo de introdução na sociedade, através da adaptação aos valores, normas e tradições sociais pelo processo de auto-realização, ou seja, o homem aprende a realizar-se enquanto indivíduo e também enquanto ser social.

O esporte pode ser considerado uma forma elementar de socialização. Ele compõe o imaginário social e é reconhecido por envolver superação de limites, força, vitória e supremacia enquanto valores próprios, elementos que refletem o modelo social vigente (RUBIO, 2000).

De acordo com Marques e Kuroda (2000), o esporte como agente socializador deve ser um espaço a mais para a criança testar e desenvolver habilidades em um ambiente provido de diversos estímulos, propiciando assim a possibilidade de novas aquisições físicas e intelectuais. Desde o jogo lúdico à prática esportiva monitorada/regrada, o atleta tem a chance de pôr em prática, no seu convívio esportivo, todas as regras sociais do mundo adulto. Uma inserção bem direcionada possibilita ao atleta a aquisição de hábitos que lhe serão úteis por toda a vida.

Quando a criança inicia uma prática esportiva, é de fundamental importância analisar seus objetivos e métodos, pois ela pode visar agregar valores educacionais ou formar futuros atletas. A iniciação esportiva, no entanto, pode funcionar como um meio socializador, no qual a criança começa a viver experiências que desenvolvam sua confiança, auto-imagem e autopercepção, entre outras, ou pode, pelo contrário, alienar a criança para lidar com estas questões.

Para Samulski (2008), a iniciação esportiva deveria ter em vista a formação de seus praticantes pelos preceitos socioeducativos, preparando-os para a cidadania e lazer. O psicólogo do esporte, portanto, deverá compreender os reflexos da prática esportiva no desenvolvimento de crianças e jovens, não se esquecendo de analisar os processos educacionais e da socialização do esporte. O principal, porém, é que, além de trabalhar o desenvolvimento esportivo, este profissional está participando da formação de indivíduos e do desenvolvimento global da criança no que diz respeito aos aspectos emocionais, maturacionais, pedagógicos e psicossociais.

Marques e Kuroda (2000) ressaltam a necessidade da participação do psicólogo na iniciação esportiva, já que seu trabalho junto ao técnico, e a equipe pode influenciar e contribuir para um melhor desenvolvimento da criança e do jovem, seja com o objetivo de torná-lo um futuro atleta ou para um direcionamento socioeducativo.

Para que a socialização através do esporte de fato ocorra, é necessário que haja o trabalho com o grupo. O psicólogo deve mediar este trabalho, pois neste momento muitos temas surgirão e quando bem conduzidos auxiliarão no desenvolvimento individual e grupal. A partir dele, portanto, ocorrerá o desenvolvimento psíquico do sujeito, haverá um aumento da cooperação, da resolução de conflitos, o estabelecimento de metas eficazes, e por último, o desenvolvimento da própria equipe.

Como relata Moscovici (2007), as melhores equipes enfrentam dificuldades e problemas. Uma equipe motivada e hábil encontrará, contudo, a maneira de enfrentar e superar os obstáculos e desafios. Para o autor, uma verdadeira equipe possui um alto nível de responsabilidade compartilhada, uma comunicação aberta e clara, e a partir de habilidades múltiplas consegue superar obstáculos à sua existência.

II – Material e métodos

Esta pesquisa foi realizada a partir do trabalho desenvolvido como estagiária de uma ONG, localizada na zona sul da cidade do Rio de Janeiro. A ONG havia beneficiado até o ano de 2004, 150 crianças e adolescentes do sexo feminino, com idades entre oito a 17 anos, advindas, em sua maioria, de camadas menos favorecidas da população.

2.1 – Participantes

As participantes da pesquisa de campo foram 13 atletas na faixa etária de 12 a 16 anos que integravam as diferentes equipes administradas pela ONG que utilizava como esporte principal o basquetebol. A média de idade, portanto, foi de 14 anos.

Ainda a respeito da faixa etária das participantes, considera-se importante assinalar que, no basquetebol, assim como em qualquer esporte, são estabelecidas categorias de acordo com a faixa etária dos atletas. Sendo assim, foram entrevistadas três atletas da categoria Infante-juvenil (15 a 17 anos), quatro atletas da categoria Infantil (13 a 15 anos), três atletas da categoria Mirim (13 anos) e três atletas da categoria Pré-mirim (12 anos).

O tempo que elas participavam do projeto não era o mesmo, a adolescente que participava do projeto há menos tempo estava na equipe há um ano e seis meses, e a que participava há mais tempo estava há quatro anos. Em média, estas adolescentes participavam das atividades promovidas pela ONG há dois anos e sete meses.

A escolha destas participantes foi motivada pelo fato de que há poucos estudos relacionando o esporte à socialização no Brasil, mas cabe ressaltar que este tema vem ganhando cada vez mais relevância no cenário nacional.

A pesquisa de campo, portanto, contou com as seguintes participantes:

Atleta 1 – 16 anos, categoria Infante-infantil, participava do projeto há quatro anos.

Atleta 2 – 16 anos, categoria Infante-infantil, participava do projeto há quatro anos.

- Atleta 3 – 16 anos, categoria Infante-infantil, participava do projeto há um ano e seis meses.
- Atleta 4 – 14 anos, categoria Infantil, participava do projeto há dois anos e três meses.
- Atleta 5 – 14 anos, categoria Infantil, participava do projeto há dois anos e seis meses.
- Atleta 6 – 14 anos, categoria Infantil, participava do projeto há três anos.
- Atleta 7 – 14 anos, categoria Infantil, participava do projeto há três anos.
- Atleta 8 – 13 anos, categoria Mirim, participava do projeto há um ano e sete meses.
- Atleta 9 – 13 anos, categoria Mirim, participava do projeto há dois anos.
- Atleta 10 – 13 anos, categoria Mirim, participava do projeto há dois anos.
- Atleta 11 – 12 anos, categoria Pré-mirim, participava do projeto há dois anos e 10 meses.
- Atleta 12 – 12 anos, categoria Pré-mirim, participava do projeto há dois anos e nove meses.
- Atleta 13 – 12 anos, categoria Pré-mirim, participava do projeto há dois anos e nove meses.

2.2 – Instrumento

Utilizou-se como instrumento uma entrevista semi-estruturada, constituída a partir de um roteiro previamente elaborado, contendo tópicos relacionados aos objetivos da pesquisa. Durante a entrevista, a ordem de emergência desses tópicos não foi fixa, tendo sido determinada pelo próprio fluxo da conversa. Todas as entrevistas foram gravadas e transcritas na íntegra, de forma a preservar a fidelidade do que foi dito por elas.

Os textos resultantes da transcrição das entrevistas foram submetidos a uma análise do discurso, a partir das seguintes categorias: a entrada no projeto, fazendo novas amizades, trabalhando em equipe, os benefícios do atendimento psicológico e as mudanças pessoais.

2.3 – Procedimento

As participantes foram escolhidas inicialmente pela disponibilidade em participar da entrevista, tentou-se apenas equilibrar as atletas pelas categorias esportivas em que elas se encaixavam.

As entrevistas foram realizadas separadamente e a própria sede da ONG foi utilizada, de modo a facilitar o acesso às atletas. Portanto, a condução das

entrevistas não apresentou qualquer dificuldade, já que as participantes se encontravam no ambiente em que o projeto é realizado, dispunham de tempo e estavam em horários de treino. As entrevistas duraram em média 30 minutos.

III – Resultados e discussão

A análise dos dados se deu a partir da seleção de fragmentos da transcrição da fala das participantes durante a entrevista realizada. Estas falas se referem direta ou indiretamente, as categorias de análise, que foram criadas, em sua maioria, durante a transcrição do roteiro da entrevista. São elas: a entrada no projeto, fazendo novas amizades, trabalhando em equipe, os benefícios do atendimento psicológico e as mudanças pessoais.

3.1 – A entrada no projeto

A entrada no projeto, em sua maioria, ocorreu a partir de uma visita dos responsáveis pela ONG nas escolas públicas próximas ao local em que o projeto seria desenvolvido; já outras atletas descobriram o projeto a partir de amigas que já participavam do mesmo, o que pode ser comprovado pelas falas a seguir:

A S. e o R. foram na minha escola divulgando o projeto e distribuíram um folhetim, então eu fiquei sabendo do basquete e decidi fazer. (Atleta 10)

Uma amiga minha entrou (...) no dia seguinte ela foi para a escola toda feliz contando para mim que havia entrado no projeto, uma ONG de basquete, aí me chamou (Atleta 9).

3.2 – Fazendo novas amizades

Um dos interesses ao longo da pesquisa expandiu-se no sentido de conhecer os motivos que fizeram estas jovens se interessarem pelo projeto e o que as mantiveram no mesmo durante tantos anos. Dois deles foram apontados como principais, o primeiro deles está relacionado às novas amizades construídas e a importância de conhecer novas pessoas, e o segundo relacionado ao treinamento do basquete, e cada um deles foi mencionado por quatro adolescentes.

[...] gostei das amizades, porque eu tinha poucas amigas e com esta vinda para cá eu consegui várias amigas e conheci novas ao longo dos anos (Atleta 13).

Eu já treinava basquete pelo time da escola e eu me interessei em vir, pois eu já gostava de basquete (Atleta 1).

O valor atribuído à possibilidade de estar em contato com novas pessoas e a oportunidade de fazer novas amizades ficou muito evidente em seus discursos, este é o primeiro passo para que mudanças interpessoais possam acontecer e a consolidação do trabalho em equipe, necessário para o sucesso do time.

3.3 – Trabalhando em equipe

O trabalho em equipe foi outro tema investigado e apontado por seis entrevistadas como inicialmente um momento de grande dificuldade, mas que ao mesmo tempo através dele podem-se conhecer as opiniões das outras pessoas e aprender a lidar com as diferenças existentes.

A princípio você pensa que é fácil, mas é muito difícil, porque as pessoas são diferentes e você tem que saber lidar com a diferença das pessoas (Atleta 4).

É bom, você tem que começar a aprender porque cada um é de um jeito e você não pode mudar a pessoa só porque você não quer que ela seja deste tal jeito. No início foi difícil porque vem uma pessoa estressada, outra é mais calma e você tem que saber que a fulana é mais estressada e eu tenho que chegar com mais cuidado, se não ela vai achar que eu estou falando isto para chatear (Atleta 12).

A transformação de um grupo em algo muito maior – uma equipe – pode ser considerada um processo árduo e muito demorado. Os membros de um grupo precisam inicialmente adquirir confiança uns nos outros, para posteriormente se integrarem. Para Moscovici (2007), nossa cultura sempre valorizou as realizações individuais, fato que dificulta colocar o conceito de equipe em prática.

Moscovici (2007) e Janssen (1999) ressaltam outro ponto importante que dificulta o surgimento de uma verdadeira equipe: o encontro de duas ou mais formas de raciocínio e indivíduos com necessidades e expectativas diferentes. Isto gera conflitos entre as diferentes personalidades, conflitos estes que podem tanto destruir o grupo como levá-lo a uma solução construtiva.

Após a descoberta dos benefícios que existe em trabalhar como uma equipe, mudanças significativas pessoais e interpessoais passam a acontecer.

Segundo Moscovici (2007), existem muito mais benefícios com o trabalho em equipe do que com o trabalho individual, pois se subentende que trabalhar em equipe é uma atividade de educação permanente.

3.4 – Os benefícios do acompanhamento psicológico

Quanto os benefícios do acompanhamento psicológico, todas as atletas falaram de sua importância. Algumas admitem que inicialmente o achavam chato, mas posteriormente passaram a valorizá-lo. Nos depoimentos de quatro atletas, o acompanhamento psicológico apareceu como sendo um espaço para falar sobre tudo o que se quer dizer. Outras quatro disseram que ele as ajuda a entender os fatos ocorridos em quadra.

É um espaço que a gente tem para falar tudo o que a gente quer..., e eu acho as dinâmicas super importantes para entender algumas coisas que aconteceram em quadra, é um espaço nosso (Atleta 1).

É legal porque é aí que está o espaço onde você pode expor as suas opiniões, as pessoas dizem o que está errado para nós podemos acertar (Atleta 2).

Para elas, este foi definido como um espaço no qual elas podem expor as mais diversas opiniões, um espaço seguro e que, através dele, elas passaram a ser escutadas e respeitadas umas pelas outras.

Neste momento, as atletas desenvolveram algo muito importante: o respeito. Janssen (1999) defende que os indivíduos passam a ser respeitados quando se comportam de forma condizente com o compromisso assumido perante seus companheiros. O que pode ser constatado nos relatos a seguir:

Respeito, primeiro, porque no basquete você adquire muito respeito, de tratar todo mundo igual, porque ali todo mundo que está em quadra é a mesma coisa, a vida é isto. Se você não souber respeitar as pessoas não vão longe (Atleta 1).

[...] as pessoas aprendem a respeitar a opinião umas das outras, então você fala e as pessoas respeitam, as pessoas às vezes não concordam, mas respeitam também e cada um tem a sua opinião e recebe o respeito merecido (Atleta 2).

[...] quando eu entrei aqui eu aprendi a respeitar as pessoas, porque eu era uma pessoa assim, eu queria que as pessoas me respeitassem, mas eu não respeitava, e aqui eu aprendi que eu tinha que respeitar as pessoas para que eu fosse respeitada (Atleta 4).

Janssen (1999) defende que o acompanhamento psicológico se torna um espaço facilitador para que o trabalho em equipe ocorra, devendo haver uma comunicação clara e honesta entre os membros do time, de forma que estes se sintam seguros para assumirem riscos.

3.5 – As mudanças pessoais

Percebendo o importante papel desempenhado pelo esporte na vida das atletas, procurou-se investigar as principais mudanças na forma de pensar e agir no período que participavam do projeto. Doze delas apontaram diversas mudanças, sendo a mais marcante a que diz respeito ao fato de terem deixado de serem tímidas ou da timidez ter diminuído bastante. Oito delas relataram esta importante mudança.

[...] a ser menos tímida, porque senão eu não estaria nem falando agora, antes eu nem conseguiria falar como estou falando agora com você, eu era muito tímida, então mudou a minha timidez (Atleta 2).

A prática esportiva traz consigo inúmeras vantagens, sendo uma delas o desenvolvimento da responsabilidade. Esta foi outra mudança apontada por elas, além do aumento da disciplina. Para Marques e Kuroda (2000), estas seriam lições memoráveis que podem ser introduzidas através do esporte.

[...] eu aprendi a ter mais responsabilidade, hoje eu sou uma pessoa disciplinada, porque antes eu fazia o que eu queria e depois eu aprendi que as coisas têm regras e isto eu aprendi e levei para a vida, aprendi a ser uma pessoa mais responsável (Atleta 6).

Samulski (2008), Marques e Kuroda (2000), e Thomas (1983) consideram que a iniciação esportiva é uma forte influência no caminho que leva à socialização e à cidadania, estes autores acreditam que, neste meio, crianças e jovens aprendem cedo as lições da vida e os valores que o esporte traz.

Para a maioria dessas atletas, o grande valor atribuído ao esporte deve ser o fato de ele ser encarado por elas como o prenúncio de um caminho que poderá levá-las às mais diversas realizações. Realizações que se iniciam através dos sonhos e se tornam reais quando estes são investidos de motivação e confiança, e de que quanto mais comprometimento existir, mais conscientes elas se tornarão deles. Os sonhos e as realizações podem ser observados nas falas a seguir:

[...] quando você é um bom atleta, você pode ganhar várias coisas, como bolsa de estudos, você pode ter a vida feita, desde que você se empenhe bastante, leve a sério, e foi o que aconteceu comigo. No ano passado ganhei uma bolsa de estudos para uma escola particular e eu acho que nunca teria uma oportunidade como esta e quando tive eu fiquei muito feliz, foi um prato cheio pra mim, pois eu sempre quis ter chances assim, eu levo muito a sério estas coisas e sempre tive um sonho de vencer na vida, e esta bolsa para mim foi uma realização (Atleta 2).

[...] você pode um dia ser jogadora de basquete. Não tenho um sonho de ser jogadora de basquete, mas quem sabe, né?(Atleta 12).

IV – Considerações finais

O esporte, quando bem conduzido, pode ser um guia para o conhecimento do ser humano. Ele traz consigo ensinamentos que podem ser levados para a vida, e agrega valores como confiança, respeito, cooperação, responsabilidade, entre outros. A interação com novas pessoas pode provocar mudanças a nível pessoal e coletivo.

Através deste estudo, pôde-se constatar que o principal objetivo de trabalhos em equipes esportivas como esta, não é o esporte de alto nível, visto que as próprias participantes apresentaram as novas amizades e a importância de conhecer novas pessoas como o maior motivo que as mantém na ONG.

Além disso, percebeu-se que o esporte pode ser considerado um facilitador para o trabalho em equipe e para a formação de uma personalidade. Para as atletas, o trabalho em equipe foi uma das maiores dificuldades, pois elas tiveram que aprender a escutar novas opiniões, lidar com as diferenças existentes e confiar umas nas outras.

O psicólogo que atua com equipes esportivas deve possuir o conhecimento necessário a respeito do time com o qual trabalha e construir e saber quais são os objetivos do mesmo. Quando se conhece os objetivos da equipe, esta passa a ser mais bem direcionada.

Os benefícios do acompanhamento psicológico foram muitos, inicialmente elas o percebiam como ineficaz, mas a partir da valorização deste espaço, o mesmo possibilitou as mesmas a se expressarem e entender melhor os fatos ocorridos em quadra, além de terem aprendido a respeitarem umas as outras.

Neste campo de atuação social, deve-se ter consciência que antes de formarmos atletas, estamos auxiliando na formação de pessoas, e que participamos ativamente do desenvolvimento global destas crianças e jovens no que se refere aos aspectos físicos, psicológicos e emocionais.

A partir da semente e dos valores plantados através do projeto, as crianças e jovens formam adquirindo uma maior autoconfiança e observando novas possibilidades. É provável que poucas delas realmente consigam ser jogadoras de basquete, mas o objetivo principal é que elas continuem buscando novos caminhos para alcançarem realizações que dêem sentido a suas vidas.

Enfim, com o esporte pode-se obter um maior conhecimento de si próprio e da relação que estabelecemos com os outros. Ele nos move em momentos de dificuldade e nos incentiva a construirmos um futuro melhor.

Referências bibliográficas

ABDO, E. Psicologia do Esporte no Brasil. In: RUBIO, K. (Org.). **Encontros e desencontros: descobrindo a psicologia do esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

BURITI, M. (Org.). **Psicologia do esporte**. 3. ed. Campinas: Alínea e Átomo, 2009.

EPIPHANIO, E. H. Psicologia do esporte: apropriando a desapropriação. In: **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 19, n. 3, p. 70-73, s/m. 1999.

FELIU, J. C. **Psicologia del deporte**. Madrid: Sintesis, 1997.

JANSSEN, J. **Championship team building: what every coach needs to know to build a motive, committed & cohesive team**. Tucson, Arizona: Winning the Mental Game, 1999.

MARQUES, J. A. A.; KURODA, S. J. Iniciação esportiva: um instrumento para a socialização e formação de crianças e jovens. In: RUBIO, K. (Org.). **Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

MIRACLE, L. **Las profesiones del mundo del deporte**. Barcelona: Editorial Planeta, 1992.

MOSCOVICI, F. **Equipes dão certo**: a multiplicação do talento humano. 11. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2007.

PATRICK, G. T.W. The psychology of football. **The American Journal of Psychology**, Champaign, Illinois, EUA, v. 14, n. 3/4, p.104-117, jul./out. 1903.

RAPOSO, J. J. B. V. Psicologia do desporto: passado, presente e futuro. In: CRUZ, J. F. A. **Manual de psicologia do desporto**. Braga, Portugal: S.H.O., 1996.

RUBIO, K. (Org.). **Psicologia do esporte**: interfaces, pesquisa e intervenção. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

RUBIO, K. A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. In: **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 19, n.3, p. 60-69, s/m 1999.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2008.

THOMAS, A. **Esporte**: introdução à psicologia. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1983 (1978).

TRIPLETT, N. L. Dynamogenic factors in pacemaking and competition. In: **The American Journal of Psychology**, v. 9, p.507-533, 1898.

VIEIRA, L. F. et al. Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. In: **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p.391-399, abr./jun. 2010.