



FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA APLICADOS AO FUTEBOL FORMATIVO

MÓDULO 4. ÁREA DA
PSICOLOGIA APLICADA
AO ESPORTE: TRABALHO
PSICOLÓGICO EM UMA
INSTITUIÇÃO DE FUTEBOL

**- CONMEBOL -
EVOLUCIÓN**

4.1. O crescimento da Área de Psicologia no mundo do esporte

Antes de mergulhar no mundo do futebol, no início deste último módulo, é importante olhar para o progresso geral que o esporte tem feito no campo de alto rendimento. Isso tem sido possível, entre outras coisas, porque as instituições esportivas — entre elas, os clubes de futebol —, desde a segunda metade do século XX até o presente, investiram e organizaram espaços formativos, competitivos e administrativos em torno de uma exigência técnica cada vez mais apoiada por diversas ciências, como a saúde, a neurociência e, muito recentemente, a psicologia, a par do recrutamento, treino e acompanhamento de jovens atletas.

Hoje, diversas ciências têm seu espaço reconhecido e visível nas organizações esportivas, por exemplo, a medicina, a estatística, as tecnologias aplicadas ao esporte e, também, a psicologia do esporte. Todo esse movimento de alto desempenho baseado na ciência começou quando treinadores, fisiologistas, nutricionistas, biomecânicos, analistas, estatísticos e psicólogos começaram a aplicar seus conhecimentos na melhora do desempenho esportivo. Assim, a aplicação da ciência e do conhecimento levou a avanços na produtividade atlética por meio de novos métodos de treinamento que incluem treinamento de habilidades, força e condicionamento, nutrição e psicologia do desenvolvimento pessoal e socioemocional.

Todo esse "impacto" da ciência no esporte tem a ver com o fato de que a competição atlética faz um esforço muito baseado na rivalidade. Isso tem levado esportistas, treinadores e equipes técnicas a tentarem obter aquele "um por cento a mais" sobre seus adversários ocasionais.

Este novo contexto do mundo do esporte tem dado origem a novas exigências, entre elas, é a que o atleta, submetido ao stress do alto rendimento, a competição e a vida pública - que implica ser uma "estrela desportiva" -, necessita de atenção psicológica. Como indivíduo e "como indivíduos", ou seja, no caso específico do futebol, o jogador necessita deste suporte. Ao mesmo tempo, a "equipe" precisa ser um espaço de contenção para enfrentar as demandas do público, do ambiente, dos gestores, das redes sociais e do próprio ambiente familiar.

Assim, pode-se dizer que, dentro desse processo colaborativo entre a ciência e o alto rendimento esportivo, o campo da psicologia do esporte dentro dos clubes trata da aplicação

de princípios psicológicos que auxiliam os atletas, neste caso jogadores de futebol, a terem um desempenho competitivo superior, baseado em suas capacidades corporais, socioemocionais e pessoais, de forma constante e gratificante. Ou seja, treinar, competir e enfrentar triunfos ou derrotas não precisa ser identificado com "sofrimento", e esse é um dos pontos em que a Área de Psicologia nos clubes desempenha um importante papel estratégico.

4.2. Quais são os temas que uma Área de Psicologia trabalha nos clubes?

A primeira coisa a dizer aqui é que o trabalho do psicólogo do esporte ou do Departamento de Psicologia de um clube não deve ser confundido com dar "bom conselho", ser um membro da equipe técnica "amigável ou compreensivo" ou aquele homem ou mulher que "fala de coisas estranhas". Certamente, tudo isso são estereótipos e, embora ser "amigável" possa ser uma qualidade positiva, o psicólogo profissional oferece ao jogador de futebol ou ao atleta um tratamento profissional que não se baseia na amizade, mas na possibilidade de ter um relacionamento científico, humano e que oferece resposta de qualidade às suas necessidades internas. Assim, a ansiedade, o stress ou a depressão não são abordados a partir da "boa vontade", mas sim de um tratamento profissional, especializado e competente, neste caso, a partir da intervenção de um psicólogo desportivo formado a nível universitário.

Agora, uma vez que ficou claro que a psicologia dota o clube de uma área de qualidade e abordagem científica para que os jogadores tenham um espaço de contenção adequado, pode-se dizer que a psicologia do esporte trabalha uma variedade de questões psicológicas e da vida esportiva. Por exemplo, para ajudar os jogadores a atuar sob pressão, são realizadas atividades que focam em como um atleta pode usar suas habilidades socioemocionais e mentais para tomar boas decisões sob pressão e lidar com as demandas dentro e fora do campo.

Na mesma linha, a Área de Psicologia do Esporte dos clubes está mostrando que pode ir além de ajudar um atleta no desenvolvimento do equilíbrio pessoal. Com o foco crescente na saúde mental, a psicologia desportiva pode ser aplicada para ajudar a facilitar ambientes de suporte e bem-estar, colaborando com o desempenho dos jogadores de futebol em suas equipes, em suas instituições e em ambientes comerciais. A psicologia do esporte pode ser aplicada ao

desenvolvimento de talentos e ao ambiente social mais amplo em que o esporte ocorre. Esse ambiente social inclui treinadores, pais e o caminho do desenvolvimento de talentos.

O conhecimento do campo da psicologia do esporte pode ajudar os clubes de futebol, por exemplo, a melhorar ambientes para que os atletas desenvolvam habilidades para a vida por meio de suas experiências no esporte. Esta abordagem tem tido um grande impacto nos departamentos infantis e juvenis dos clubes, os quais as famílias procuram, para complementar com o futebol, o que a escola e a sociedade oferecem a uma criança, adolescente ou jovem a desenvolver, ou seja, longe das drogas e da violência.

Assim, as áreas da psicologia estão ganhando terreno nos clubes, não por serem um modismo ou um recurso complementar às equipes técnicas, mas porque se revelam como resposta eficaz, eficiente e promissora para apoiar os jogadores, tanto na sua formação, como no cumprimento das exigências das competições e na busca pelo alto rendimento esportivo de cada um, e para o "sucesso" nos objetivos propostos pelas instituições esportivas em suas respectivas ligas, associações ou torneios.

4.3. Torneios cada vez mais competitivos que exigem "outro tipo de visão"

Uma boa disputa; um bom goleiro ou um atacante goleador; uma administração transparente; e sócios satisfeitos são alguns dos critérios "básicos" que qualquer clube utiliza hoje como ponto de partida para ser uma instituição reconhecidamente séria no campo do esporte. Mas, por ser um critério básico, significa que a maioria o segue e há necessidade de outro tipo de visão dos torneios e competições de futebol. As áreas da psicologia, nos esportes, nos clubes de futebol, estão dando essa outra visão.

Hoje, figuras como Messi, Neymar ou Cristiano Ronaldo ensinaram ao simples espectador, que assiste ao jogo de domingo na TV, que é possível ganhar ou perder pela forma como "pisam em campo", aquele caráter ou temperamento do futebol expresso através da linguagem corporal, sua concentração, suas emoções e sua autoconfiança, ou na equipe. Assim, hoje em dia, os jogos são cada vez mais decididos no campo da psicologia, graças a esse ser humano que sente, pensa e joga, bem como a esses dirigentes ou equipes que enfrentam, na maioria das vezes, jogadores com as mesmas condições atléticas e de alto desempenho como eles, sobre os quais se exigem "algo mais" para vencer.

Diante deste novo contexto, muitos clubes de futebol, depois de analisar seu jogo durante as últimas temporadas, chegam à conclusão de que os corpos técnicos e os dirigentes simplesmente não tinham conhecimento nem experiência para fazer com que as equipes avançassem em termos de coesão, mentalidade e confiança em si mesmos. A solução? Era preciso contratar um psicólogo esportivo e a instituição precisava montar uma área especializada nessa área, além de ter de desenvolver aquela “outra visão”, que hoje exige o alto desempenho das ligas de futebol e para a qual a psicologia contribui. Sobre como responder a esta demanda dos tempos atuais, se discutirá neste módulo 4.

4.4. O presente da psicologia no âmbito institucional dos clubes de futebol

Como ficou claro no desenvolvimento dos itens anteriores —mas é importante destacar aqui novamente— que hoje, na prática de qualquer esporte, uma série de aspectos psicológicos estão envolvidos. Por um lado, estão os aspectos cognitivos, como atenção, concentração, memória ou funções executivas. Por outro lado, existem os elementos emocionais, como alegria, raiva ou frustração. Finalmente, existem fatores comportamentais, como impulsividade ou apatia. Tudo isso organizado em temas e realidades que são variáveis importantes no desenvolvimento pessoal e esportivo de jogadores de futebol em treinamento.

Ao longo dos módulos anteriores, pudemos ver como a psicologia faz parte das novas ferramentas à disposição dos treinadores e corpos técnicos dos clubes de futebol. Nesse sentido, existem vários estudos recentes que mostram que a abordagem psicológica no treinamento de jogadores de futebol menores de idade contribui significativamente para o aumento do desempenho e concentração dos jogadores em campo, reforça a velocidade do jogo, intensifica a velocidade na tomada de decisão, motiva e aumenta a capacidade de liderança, facilita a comunicação e promove o relacionamento interpessoal, todos os tópicos que abordamos nos módulos 1 a 3.

Além disso, no que diz respeito ao trabalho específico realizado por treinadores e membros das comissões técnicas dos clubes, a contribuição da psicologia também é significativa, uma vez que facilita a transmissão de informação entre jogadores e treinadores, comunicação que não se limita à informação desportiva, envolvendo uma competição ou treinamento. Mas isso

também está ligado à capacidade dos atletas de expressar e manifestar estados de espírito e emoções fora do campo, onde acontece grande parte do contexto, seja da família, da comunidade e do cotidiano de crianças, adolescentes e jovens.

4.5. O olhar psicológico como contribuição para o desenvolvimento esportivo do atleta no clube

Como indicam Marcelo Androetto e Pablo Nigro (2020):

O trabalho básico, de nível psicológico, realizado por jogadores de futebol em divisões menores, seja no mesmo clube ou em outros, é a pedra angular sobre a qual se baseia o trabalho do psicólogo esportivo em uma equipe profissional.

Quanto maior a bagagem de ferramentas mentais incorporadas pelo jogador em sua juventude e quão melhor for a estrutura do psicólogo esportivo de um elenco de primeira linha, mais haverá possibilidades de influenciar e aprimorar os recursos internos do jogador de futebol que se profissionalizou. (<https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Em outras palavras, a contribuição do psicólogo para a comissão técnica é garantir que os jogadores adquiram e desenvolvam habilidades psicoafetivas básicas para a prática do futebol.

Na mesma linha, cabe destacar, nas divisões juvenis:

...o trabalho do psicólogo esportivo é muito mais abrangente do que o de um colega responsável pelo futebol profissional, e inclui aspectos relacionados à psicoeducação, incluindo hábitos de cuidados pessoais (descanso, alimentação, relações sociais) e cumprimento dos deveres de casa (primeiro e segundo

graus). (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Mas, para começar a entender como o trabalho psicológico começa a se estruturar em um campo esportivo - e justamente no contexto do futebol -, é necessário compreender, como e desde quando surgiu a ideia de formar uma Área de Psicologia aplicada ao esporte em uma instituição de futebol?

4.6. Os processos de construção de uma Área de Psicologia no clube

Até poucos anos atrás, eram somente algumas instituições esportivas que contavam com psicólogo em seu corpo técnico. A trajetória dos psicólogos do esporte não tem sido simples, mas hoje, com o crescimento e o reconhecimento dessa disciplina do conhecimento humano, se pode afirmar que se trata de um conhecimento necessário para compreender e acompanhar plenamente o processo de formação dos jogadores de futebol.

No entanto, alcançar essa instância de reconhecimento no campo esportivo significou superar diversos preconceitos que se mantinham no meio futebolístico, até conseguir convencer os dirigentes dos clubes da importância de uma formação integral dos atletas. Isso, não só do ponto de vista exclusivamente esportivo, mas também do ponto de vista social e bioemocional. Um olhar que pode abranger todas as variáveis que entram em jogo no processo de formação de jovens atletas.

Aqui é interessante resgatar as experiências de alguns clubes que geraram esse espaço para a psicologia do esporte, dentro de suas estruturas institucionais. Em retrospectiva, verifica-se que no início destes processos, foi necessário desenvolver diferentes estratégias para poder identificar e acompanhar os jogadores que participavam nos espaços de formação de futebol juvenil e infantil dos clubes. Assim, o número de jogadores era muito grande e havia poucas pessoas treinadas na área psicológica. Era normal que, para quase 600 jogadores, houvesse apenas um psicólogo, por exemplo.

Naquela época, o objetivo principal era poder incorporar gradualmente a área da psicologia na estrutura do futebol, para o qual eram realizadas diferentes atividades, tanto desportivas,

quanto sociais. Através destas intervenções desportivo-sociais, pretendeu-se aproximar os atletas uns dos outros e, ao mesmo tempo, fazer com que os treinadores conhecessem o trabalho que ia ser realizado. Por sua vez, também foram gerados espaços de confiança que possibilitaram a aceitação da abordagem psicológica na rotina esportiva dos clubes. Este processo de acolhimento e colaboração foi muito importante por parte dos coordenadores e corpos técnicos, de diferentes esportes e categorias, que encontraram um espaço de apoio e contenção para os jogadores na vertente emocional, bem como se conhecerem e aplicarem algumas estratégias para melhorar as variáveis psicodesportivas, presentes no mundo do futebol.

Essa confiança entre treinadores e psicólogos significou uma maior abertura ao trabalho e a possibilidade de desenvolver cada vez mais atividades voltadas para áreas de desenvolvimento psicoemocional dos jogadores, o que permitiu uma maior ligação entre psicólogos, atletas e o mundo do futebol.

Dado o pouco tempo disponível para poder avaliar a grande população (em número de jogadores) que o departamento de futebol do clube tinha, os dirigentes permitiram a entrada de estagiários que ajudavam na administração das provas em grupo e individuais. Assim, a Área da Psicologia foi tomando forma e passou a ser ouvida em diferentes espaços institucionais do clube.

Então, com o avanço do projeto infanto-juvenil, iniciou-se uma etapa de expansão que possibilitou a entrada de novos profissionais especializados em esportes, para que um maior número de espaços pudesse ser coberto e novas atividades pudessem ser realizadas. Com o passar do tempo, cada vez mais destaque foi dado à área, que hoje conta com equipes de até seis profissionais de psicologia que trabalham com todas as categorias do futebol, sendo que cada um é responsável por uma série de divisões, mas sempre operando sob conceitos e planejamentos de trabalho comuns e de forma interdisciplinar.

4.7. Os estilos de trabalho das áreas de psicologia nos clubes

A primeira coisa a notar neste momento é que, dentro da Área de Psicologia dos clubes, é dada especial atenção ao contexto social do futebolista. Por exemplo, os autores indicam que

Se a família do jogador pertence a uma camada social mais vulnerável da população, o psicólogo esportivo da instituição muitas vezes realiza ações interdisciplinares com assistentes sociais, a fim de ajudar a resolver ou mitigar questões urgentes de alimentação, moradia, transporte, violência doméstica etc. De fato, ao chegar ao clube, a criança ou jovem jogador de futebol deve preencher um registro socioambiental (além do registro psicológico e das medidas nutricionais). (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Um ponto fundamental do trabalho da Área de Psicologia é o atendimento da vida cotidiana, socioemocional e comunicacional dos menores que vivem nos alojamentos, onde a abordagem psicológica tem papel de destaque e forma um ambiente de trabalho preferencial. Aqui, os profissionais tornam-se homens e mulheres que “regem a orquestra”, abordando não só os aspectos psicodesportivos, mas também os da psicologia comunitária, educacional e/ou clínica.

Aqui, tanto do ponto de vista sociológico quanto psicoafetivo, deve-se levar em conta que o “destocar” é uma questão-chave nos ambientes dirigidos para crianças e jovens. Numa idade em que não está preparado para isso, o futebolista é “obrigado” a passar longos períodos longe do seu ambiente familiar. “O psicólogo esportivo torna-se assim uma pessoa próxima, de contenção, às vezes até mesmo aquela que se preocupa e lida principalmente com o bem-estar emocional de um jogador amador, cujo sucesso ou fracasso será medido por terceiros, com base em se ele chega, ou às Primeiras Divisões” (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>). Este é um objetivo que exigirá do jogador um alto desempenho atlético e mental, razão pela qual, por exemplo, acompanhar os meninos no período de transição entre casa e alojamento é essencial.

4.8. A tarefa do psicólogo na geração de vínculos entre o clube e seu entorno

O psicólogo apoia a tarefa desportiva, desempenhada pelos treinadores e comissões técnicas dos clubes, sendo também responsável por acompanhar as ligações dos jogadores com os

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA APLICADOS AO FUTEBOL FORMATIVO

diferentes atores e nos seus contextos de origem. Aqui vale a pena mencionar o caso de um jovem

...cuja família morava fora de Buenos Aires, em condições socioeconômicas muito desfavoráveis, e voltava ao clube após cada visita domiciliar com sentimento de culpa. O problema para ele não era suportar a distância, mas o fato de que, quando viajava para ver a família, não queria voltar por solidariedade: "Se morrermos de fome, que morramos todos juntos", argumentou.

Às vezes, há pais que desaprovam a exigência do clube de que seus filhos continuem estudando enquanto jogam futebol. "Não quero que meu filho seja porta-bandeira, por que você o manda para a escola se eu o mandei para jogar futebol?", reclamam. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Nesse contexto, é tarefa do psicólogo ajudar as famílias a enxergarem dados relevantes como

O fato de que, segundo as estatísticas colhidas em todo o mundo, apenas 3 em cada 100 jovens, que jogam nas divisões inferiores, chegam às divisões principais. Este dado reforça a importância da formação, no caso de o jovem não se tornar profissional. Ou, como garantia de futuro, uma vez aposentado da prática ativa do esporte. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Nessa mesma linha, psicólogos desportivos costumam comentar que é normal ouvir, dentro e fora do clube, expressões como "o importante aqui é chegar à Primeira Divisão, nada mais" (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>). Para isso, o jovem, a caminho de se tornar adulto, precisará se adaptar a, pelo menos, oito corpos técnicos diferentes até chegar à Primeira Divisão, caso consiga. É algo comum os atletas chegarem ao clube com um único objetivo, que é jogar, e não viver a experiência do grupo ou aprender novos hábitos.

É claro que, olhando o que foi dito acima, deve-se admitir que, na prática do futebol amador, não ajuda muito o jogador se seu time vencer se ele não jogar. Isso significa que a pressão sobre crianças e jovens jogadores de futebol é grande e muitas vezes insalubre, principalmente quando seus pais têm uma abordagem 'tóxica' para o sucesso e o fracasso.

O psicólogo esportivo está "lá" para acompanhar o crescimento dos meninos que são jogadores "em construção", tanto na hora mais difícil, como um possível desentendimento, quanto na mais feliz, quando o jovem é convocado para fazer uma pré-temporada, ou treinar com a equipe superior. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

4.9. A Área de Psicologia dos clubes como garantidora de uma formação integral

O psicólogo do esporte está "lá", naqueles espaços onde os jogadores transitam, entre o clube, a vizinhança e a família. Neste contexto, a Área de Psicologia ajuda as comissões técnicas do clube a formar os atletas de forma integral, treinando a sua força mental, incluindo a capacidade de compreensão tática e estratégia, com o objetivo de que tenham as ferramentas que lhes permitam ultrapassar as armadilhas que o destino lhes apresenta.

Outro caso que merece destaque aqui é o que se refere à estrutura do futebol amador, ou seja, quando um jogador é dispensado, esse é um golpe muito duro para ele. Os psicólogos, que trabalham no clube, fazem um acompanhamento especialmente dos jovens alojados, que ficaram descontentes. A filosofia subjacente é ver a pessoa para além do jogador de futebol e, sobretudo, acompanhá-lo. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Isso, tanto no seu desenvolvimento integral, quanto no de uma pessoa que joga futebol. Se ele ainda estiver no clube, tudo bem, se não, tudo bem. Em suma, o objetivo é fornecer

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA APLICADOS AO FUTEBOL FORMATIVO

ferramentas para que se chegue às divisões de elite; e se for na nossa, melhor, se não, no local onde for necessário (Androetto e Nigro, 2020).

Nessa mesma linha de trabalho, a Área de Psicologia contribui para que "os jogadores das divisões de base tenham, desde cedo, um sentimento de pertencimento e identificação com o clube" (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>). Podem ser torcedores de qualquer time, mas sempre respeitando aquele ao qual pertencem, que é aquele que lhes permite aproximar-se da realização de seus sonhos. Nesse mesmo sentido,

Sabe-se que o jogador mais talentoso não chega à Primeira Divisão, mas sim o mais completo, o mais preparado. Isto inclui a dimensão do condicionamento mental, necessário para lidar com as várias circunstâncias que podem surgir antes, durante, depois (ou ao redor) de uma competição e/ou disciplina desportiva. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Neste quadro, a Área de Psicologia aplicada ao desporto

...dá especial ênfase à elaboração do prontuário psicodesportivo do futebolista amador. Por meio dele, da observação de treinos e partidas, e da administração de diferentes técnicas, são detectadas e priorizadas as variáveis psicológicas que o jogador precisa treinar para melhorar seu desempenho em campo. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Por meio desse levantamento, o psicólogo fornece à equipe técnica ferramentas para trabalhar com os jogadores na concentração, com motivação e sob pressão — bem como no relacionamento com os companheiros — o que geralmente são os aspectos que exigem maior investimento de tempo e trabalho com o atleta.

Estas e outras variáveis são as que entram em jogo num desporto coletivo (autoconfiança, liderança, comunicação, coesão de grupo) e são as mesmas, tanto no âmbito amador, como no profissional, embora a complexidade e as implicações destas aumentem em função das maiores exposições e os interesses em jogo na elite do futebol. (Androetto e Nigro, 2020, <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>).

Esses são os aspectos e áreas do desenvolvimento humano integral que a Área de Psicologia trabalha, de forma multidisciplinar e com os demais integrantes da equipe técnica e gestora do clube.

4.10. Atendimento psicológico no clube

Um dos motivos pelos quais os clubes têm uma Área de Psicologia nos dias atuais é porque, com os avanços da tecnologia e o desenvolvimento do futebol de alto rendimento, o trabalho do treinador e da sua comissão técnica tornou-se mais complexo, uma vez que ele deve coordenar várias facetas ou tarefas, como agendamento de sessões de treinamento; analisar o rival; coordenar uma grande equipe de trabalho ou colaboradores; traduzir e implementar uma abordagem de jogo; persuadir e convencer os jogadores e colaboradores em torno das suas ideias e métodos de trabalho; gerir os conflitos internos que surgem da convivência diária; motivar individual e coletivamente; fazer com que cada jogador se sinta atendido em suas expectativas e participe do trabalho coletivo; analisar o desempenho individual e coletivo; tomar decisões contínuas e corretas; participar de entrevistas e coletivas de imprensa. Ou seja, os responsáveis pela formação e treinamento de jogadores de futebol infante-juvenis são submetidos a um alto grau de estresse e necessitam de apoio psicológico.

Os clubes estão atentos a esta situação de elevado stress e, por isso, acrescentaram psicólogos às equipes de colaboradores dos treinadores. O profissional de psicologia agrega um ponto de vista especializado à equipe técnica, que se baseia na observação, contato e intervenções, a partir das quais o psicólogo sugere e propõe estratégias de motivação, formação e construção de equipe, gestão de conflitos ou liderança.

Esse ponto de vista, que o psicólogo fornece à equipe técnica do clube, ajuda a desenvolver uma visão abrangente dos jogadores, que são considerados uma unidade integral (emocional, cognitiva, social, fisiológica e comportamental) a qual demanda atenção e treinamento global

visando o máximo rendimento desportivo. Nesse sentido, os clubes exigem tanto profissionais com formação e conhecimento de diferentes áreas do treinamento esportivo (físico, técnico, tático e psicológico), quanto experientes no cuidado e melhoria do bem-estar psicológico.

Nessa mesma linha, os psicólogos orientam os clubes no desenvolvimento de habilidades emocionais dos atletas em formação, ações fundamentais para o desenvolvimento integral dos jogadores. São competências como “autonomia emocional”, “mentalidade de aprendiz”, “resiliência” e “estilo de vida saudável”.

A assessoria prestada pela Área de Psicologia dos clubes permite que os jogadores adquiram ferramentas pessoais e sociais ligadas a uma boa gestão emocional em situações que vão ser apresentadas aos jogadores no dia-a-dia. Isto é feito desta forma, hoje em dia, porque está comprovado que as emoções positivas (excitação, alegria, entusiasmo, confiança, ousadia e prazer) aproximam o atleta do seu desempenho ideal, enquanto as negativas (frustração, raiva, desânimo, ansiedade e stress) afastam do trabalho ideal.

Neste ponto, deve ser mencionada uma situação que tem um impacto significativo na mente do jogador de futebol e que deve ser abordada a partir da psicologia, estamos nos referindo a lesões no futebol. As lesões geram um enorme impacto emocional no jogador, independentemente da idade, uma vez que o atingem para além do campo ou do vestiário, contaminando outras áreas da sua vida, tanto a nível profissional como pessoal, familiar, relacional ou social. Neste contexto, o psicólogo apoia o futebolista lesionado, fornecendo-lhe ferramentas para aprender a gerir a componente emocional da lesão, que afeta os processos de recuperação subsequentes. O humor ativo ou suprime o sistema imunológico, portanto, manter o moral elevado ajuda na recuperação de lesões. Por isso, hoje, também se torna cada vez mais importante a tarefa do psicólogo nos clubes, pois, em conjunto com a equipe médica e o treinador, contribui para a recuperação do jogador lesionado.

4.11. Criar a Área de Psicologia no clube de futebol

Ficou claro que, atualmente, os clubes de futebol, pelas razões suficientemente explicadas nos itens anteriores, possuem um psicólogo profissional ou uma Área de Psicologia que atua institucionalmente, tanto com atletas, quanto com seus treinadores, a equipe técnica e os dirigentes do clube.

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA APLICADOS AO FUTEBOL FORMATIVO

Nesta área do clube são desenvolvidas as atividades que foram expostas ao longo dos módulos 1 a 3 e também neste, que foca principalmente no reforço da estrutura psicológica e de personalidade dos atletas, de forma que se possa lidar de forma abrangente e proativa com as diferentes facetas da formação do atleta.

Ao estudar a criação de uma Área de Psicologia num clube, é importante trabalhar com base num projeto, com uma equipe multidisciplinar, e sob supervisão de um especialista na área. Basicamente, o projeto deve responder às seguintes questões operacionais:

Tabela 1: Perguntas que um projeto deve responder para criar uma Área de Psicologia

O QUE você quer fazer?

Descrição do projeto

POR QUE se quer fazer?

Fundamentação

PARA QUE se quer fazer?

Objetivos

QUANTO se quer fazer?

Metas

A QUEM se dirige?

Destinatários ou beneficiários

FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGIA APLICADOS AO FUTEBOL FORMATIVO

ONDE se quer fazer?

Localização

COMO vai ser feito?

Atividades, tarefas, metodologia e organização

QUEM vai fazer?

Entidade que irá desenvolver e organizar

QUANDO vai ser feito?

Calendário ou agenda de atividades

COM O QUE vai ser feito?

Recursos humanos, materiais e econômicos

COMO será avaliado?

Modelo de acompanhamento de metas

Fonte: elaboração própria.

Para a implementação do projeto de criação da Área de Psicologia no clube é necessário que a sua formulação seja correta, que tenha coerência, seja realista e contenha todos os elementos essenciais para a sua execução, acompanhamento e avaliação.

4.12. A título de conclusões gerais

Tanto neste módulo 4 como nos módulos anteriores, ficou claro que a psicologia do esporte, na área do futebol, responde à demanda específica de formação de jogadores com capacidade de lidar com a pressão e lidar com as demandas de alto rendimento, a longo prazo, em torneios e competições cada vez mais equilibradas, tanto na dimensão técnica, quanto na atlética.

Assim, ter futebolistas com cabeças bem assentadas sobre os ombros, capazes de gerir o seu próprio mundo interior, conexões e a alta exposição pública, exige que os clubes cuidem, através dos seus corpos técnicos e profissionais, tanto da melhora da própria saúde física do atleta, como do seu equilíbrio mental, pois ambos representam condições essenciais para uma instituição aspirar por times de elevado nível profissional, humano e competitivo. A experiência mostra que vários craques do futebol o deixaram de ser porque não conseguiram administrar o sucesso, o dinheiro e estar, a todo o momento, na vitrine da mídia e das redes sociais.

Tudo isso exige uma nova cultura nos clubes de futebol, em que as equipes sejam pensadas de forma integral, multidisciplinar e aberta, bem como no longo prazo, para que se instalem processos de treinamento, que se iniciam nas ligas infantis, e que acompanham o atleta ao longo de sua carreira, uma vez que, assim como a criança precisa de apoio e orientação, o jogador de 30 anos, na Primeira Divisão, também precisa. Mas, estes vivem e encontram-se em diferentes fases evolutivas e desportivas, e necessitam de apoio de acordo com as suas idades e situações. Ou seja, novamente, não se trata de "boa vontade" ou "bom conselho", mas de uma perspectiva profissional, da psicologia humana, que oferece à pessoa as ferramentas para ser um bom atleta e uma pessoa feliz e realizada, em todos os aspectos de sua vida.

Nesse sentido, os clubes, como ficou claro neste módulo 4, precisam que os dirigentes invistam tempo, recursos e interesse em configurar, dentro da estrutura institucional, uma Área de Psicologia que se responsabilize profissionalmente por essa carga psicológica inerente à atual futebol, de alto rendimento e em competição constante.

Referências

Androetto, M. y Nigro, P. (2020). Club Atlético River Plate: claves psicológicas de un campeón de América. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 5 (2), <https://www.redalyc.org/journal/6138/613866083002/html/>