

Psicologia do Esporte: Relato de Experiência de Intervenções Psicológicas no Time Tropa Campina Unifacisa

Ludwig Félix Machado Leal; Lorena Bandeira Melo de Sá; Viviane Virgínia Silva de Sousa; Gilvan de Melo Santos.

Universidade Estadual da Paraíba

ludwigleal@gmail.com;

Psique.lorena@gmail.com;

viviaanesoousa@gmail.com;

gilvanmusic@gmail.com.

Resumo:

Este projeto tem suporte técnico e científico do Núcleo Viktor Frankl de Logoterapia da Universidade Estadual da Paraíba. Criado por uma resolução CONSUNI/UEPB em março de 1994, o Núcleo representa um marco importante no desenvolvimento da Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Emil Frankl no Nordeste do Brasil. Desde a sua fundação, tem como objetivo promover atividades de ensino, pesquisa e extensão. Além de promover eventos em nível regional, nacional e internacional. Diante disso, o presente projeto busca desenvolver as habilidades psicológicas, metas pessoais e coletivas, motivação e atitude/liderança dos atletas e técnicos do “Tropa Campina Unifacisa”, para desempenho de performance no futebol americano. Assim, são desenvolvidas atividades extensionistas como a escuta psicológica, entrevistas, dinâmicas de grupo, técnicas de relaxamento e de controle mental, dentre outras. Desse modo, a equipe de psicologia vem desenvolvendo intervenções semanais com o time Tropa Campina-Unifacisa desde o ano de 2016. As atividades são planejadas de acordo com as demandas levantadas. Portanto, se faz constantemente um levantamento dessas demandas através de observações e entrevistas com a equipe técnica e jogadores. Sendo assim, foram desenvolvidas junto ao time atividades como escuta individual e em grupo; dinâmicas e vivências; observações sistemáticas e assistemáticas dos treinos; apoio psicológico aos jogadores no pré, durante e pós os jogos no vestiário e/ou no campo; seleção de jogadores através de avaliação psicológica; intervenções específicas junto aos capitães, quarterbacks e técnicos, entre outras.

Palavras-chave: Psicologia; Esporte; Futebol Americano.

INTRODUÇÃO

Este projeto tem suporte técnico e científico do Núcleo Viktor Frankl de Logoterapia da Universidade Estadual da Paraíba. Criado por uma resolução CONSUNI/UEPB em março de 1994, o Núcleo representa um marco importante no desenvolvimento da Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Emil Frankl no Nordeste do Brasil. Desde a sua fundação, tem como objetivo promover atividades de ensino, pesquisa e extensão. Além de promover eventos em nível regional, nacional e internacional.

Sendo assim, diante da emergência de algumas áreas da psicologia no Brasil, como a psicologia do esporte, e da demanda apresentada pelo time de futebol americano Tropa Campina Unifacisa, firmou-se uma parceria entre o Núcleo Viktor Frankl e o time através da criação do projeto de extensão. Aqui no Brasil, a psicologia do esporte tem como um dos principais pioneiros o psicometrista João Carvalhaes. Em 1958, ano em que o Brasil foi campeão mundial pela primeira vez, ele fazia parte da comissão técnica de futebol da seleção brasileira. Nesta época, já utilizava princípios da psicologia aplicados ao esporte, contribuindo, na medida do possível, para o sucesso da seleção brasileira. É evidente que na época a psicologia, ainda, não era reconhecida como profissão, o que só ocorreu em 1962. Naturalmente, muita coisa mudou desde aquela época, mas foi este o primeiro momento em que a psicologia esteve a serviço do esporte no Brasil.

Dessa forma, a Psicologia do Esporte ainda está em processo de consolidação enquanto campo de atuação profissional no Brasil. Observa-se que a maior produção científica tem origem nos cursos de graduação e pós-graduação em Educação Física e Psicologia (VIEIRA *et al*, 2010).

Nesse sentido, a psicologia no esporte é compreendida como “a transposição da teoria e da técnica das várias especialidades e correntes da psicologia para o contexto esportivo, seja no que se refere a aplicação de avaliações para a construção de perfis, seja no uso de técnicas de intervenção para a maximização do rendimento esportivo” (O. Feijó, 2000). Nessa perspectiva, para Rubio (2002) o foco da intervenção em psicologia do esporte pode ser o próprio atleta e sua atuação, assim pode-se desenvolver um trabalho através de atividades voltadas para a concentração, controle da ansiedade e o manejo das variáveis ambientais. No entanto, a forma e o tempo desse trabalho varia conforme o referencial teórico e metodológico do psicólogo. As práticas em geral envolvem o estímulo a visualização, relaxamento, modelagem de comportamento, análise verbal, inversão de papéis, técnicas expressivas ou corporais.

Além disso, quando se trata de esportes coletivos, outros aspectos devem ser considerados tendo em vista as relações grupais dentro do time em que se trabalha. Segundo Rubio (2002) a formação de vínculo e organização de liderança são temas que devem ser trabalhado na maioria das modalidades esportivas coletivas.

Assim, para Nobre (2015) a psicologia do esporte deve contribuir para uma prática que haja promoção de saúde e compreensão do esporte como atividade terapêutica. Assim, o autor também destaca a importância e necessidade de se desenvolver estudos e práticas não só voltados para a melhora do rendimento dos atletas, mas para a aquisição da resiliência nas competições e jogos. Desse modo, espera-se que o profissional da psicologia do esporte tenha uma formação que garanta uma boa aliança entre os conhecimentos específicos do exercício físico, do esporte e da psicologia.

Diante disso, o presente projeto busca desenvolver as habilidades psicológicas, metas pessoais e coletivas, motivação e atitude/liderança dos atletas e técnicos do “Tropa Campina Unifacisa”, para desempenho de performance no futebol americano. Como contribuição acadêmica, considerando que a extensão é fundamental para a formação, caracterizada pela realização de atividades teórico/práticas que favorecem o aprimoramento de competências e habilidades previstas para atuação profissional, o projeto favorece na qualidade da formação dos estudantes do Curso de Psicologia, além de favorecer reflexões acerca da realização desta formação e prática exercida.

Portanto, o objetivo é beneficiar os atletas da Equipe de Futebol Americano “Tropa Campina Unifacisa”, a partir da intervenção a nível psicológico, através da escuta individual e em grupo, da discussão, reflexão e “treinamento” psicológico, visando uma melhor performance nos jogos. Para isso, o projeto se propõe a contribuir com o entrosamento do time; estimular a autonomia nos jogadores; fortalecer o espírito de liderança dos atletas capitães; sensibilizar tanto os jogadores quanto os técnicos a perceberem o que contribui ou não para o crescimento do time; identificar variáveis que desestabilizam psicologicamente os atletas durante os treinos e jogos; promover apoio psicológico à equipe técnica e aos atletas e estimular o desenvolvimento de habilidades mentais nos atletas.

METODOLOGIA

O presente trabalho tem como ação básica a intervenção dos seus executores junto à comunidade acadêmica e civil de Campina Grande. Assim, são desenvolvidas atividades extensionistas como a escuta psicológica, entrevistas, dinâmicas de grupo, técnicas de relaxamento e de controle mental, dentre outras, como especificadas abaixo:

- **Auto-avaliação de força mental**, baseada no processo de avaliação pessoal a partir da percepção de habilidades que contribuem para uma boa performance, como determinação, coragem, autonomia, motivação, confiança de si, concentração e adaptação;
- **Auto-feedback**, que consiste em identificar aqueles aspectos que o atleta faz bem e os que precisa melhorar;
- **Auto-fala**, técnica em que o atleta dá instruções a si mesmo, a fim de ter um melhor desempenho e preparo;
- **Prática encoberta**, baseada em planejar as jogadas e a visualização estratégica dos jogos;
- **Estabelecimento de metas a partir do método SMART**, que consiste em pensar e elaborar metas que sejam específicas, medidas, ajustáveis, realistas e programadas;
- **Escutas individual e coletiva**, que poderão ser realizadas na Clínica Escola de Psicologia da UEPB, a partir de agendamento com os atletas ou por encaminhamentos da Comissão Técnica. Escutas em caráter mais breve e pontual poderão ser realizadas no próprio espaço dos treinos.
- **Utilização do método Transformational leadership e CBAS**, que se baseia em categorias de resposta do sistema de comportamento do coaching, a fim de identificar e estimular a liderança, a partir da motivação inspiradora e influência idealizadora dos líderes e o estímulo de práticas como resposta aos erros e *game-related*.
- **Utilização do MSPE (Mindful Sport Performance Enhancement)**, prática de controle corporal (*bodyscan*) para alcance de boa performance.

Uma vez que o time de futebol americano é subdividido em dois times, a saber: ataque e defesa, os alunos se subdividem, também, dessa forma. Assim, um aluno coordena o grupo de ataque e outro o grupo de defesa, todos sob a supervisão dos professores envolvidos. Dessa forma, as intervenções são realizadas durante os treinos do time ou nas reuniões e discussões teóricas do time, semanalmente aos domingos. O grupo extensionista também acompanha o time nos jogos realizados na cidade de Campina Grande, durante toda a temporada regular.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A equipe de psicologia vem desenvolvendo intervenções semanais com o time Tropa Campina-Unifacisa desde o ano de 2016. As atividades são planejadas de acordo com as demandas levantadas. Portanto, se faz constantemente um levantamento dessas demandas através de observações e entrevistas com a equipe técnica e jogadores. Sendo assim, foram desenvolvidas junto ao time atividades como escuta individual e em grupo; dinâmicas e vivências; observações sistemáticas e assistemáticas dos treinos; apoio psicológico aos jogadores no pré, durante e pós os jogos no vestiário e/ou no campo; seleção de jogadores através de avaliação psicológica; intervenções específicas junto aos capitães, quarterbacks e técnicos, entre outras.

Nesse sentido, foram feitas observações dos treinos a partir das quais se percebeu que algumas questões de determinados jogadores interferem de forma negativa no rendimento do time em geral como: agressividade descontrolada, falta de compromisso e seriedade nos treinos, falta de investimento em treinamento físico, ansiedade, problemas com autoconfiança, questões de relacionamento mal resolvidas entre os jogadores e comissão técnica, pouca motivação, entre outros. Desse modo, todas essas questões foram selecionadas pela equipe de psicologia para serem trabalhadas de diversas formas.

Começou-se convidando os jogadores para escuta individuais. A partir disso, verificou-se que as principais queixas dos jogadores eram relacionadas a problemas com ansiedade, baixa autoconfiança e problemas com relacionamentos no time e/ou pessoais. Diante disso, utilizou-se, associado à escuta psicológica, o aconselhamento psicológico, que é definido por Comin (2014) como uma “experiência que visa a ajudar as pessoas a planejar, tomar decisões, lidar com a rotina de pressões e crescer, com a finalidade de adquirir uma autoconfiança positiva”. Sendo assim, é criado um vínculo no qual envolve alguém que busca auxílio e alguém disposto a ajudar e apto para essa tarefa, em uma situação que possibilite esse dar e receber apoio.

Outra definição é de uma "relação face a face de duas pessoas, na qual uma delas é ajudada a resolver dificuldades de ordem educacional, profissional, vital e a utilizar melhor os seus recursos pessoais" (Scheffer, 1980, p. 14 *apud* Comin, 2014). Para Barros e Holanda (2007), na prática do aconselhamento deve-se ressaltar a importância dos encaminhamentos. Devido ao tempo reduzido nos atendimentos psicológicos desse tipo, a possibilidade do encaminhamento – seja à psicoterapia breve, às psicoterapias clássicas, ou a qualquer outro serviço psicológico ou mesmo outros serviços

de saúde, além de várias possibilidades de encaminhamento a serviços em geral de atenção à pessoa – deve estar sempre disponível.

Sendo assim, após os momentos de escuta e aconselhamento psicológico os jogadores relataram sentir-se mais aliviados, com uma sensação de leveza e “menos peso nas costas”, assim, todos mostraram bastante interesse de retornar e/ou iniciar o processo psicoterapêutico. Diante disso, foi criado um novo serviço à parte, vinculado a outro projeto de extensão com o objetivo de realizar psicoterapia individual e/ou em grupo com os atletas encaminhados a partir das escutas realizadas.

A partir das observações dos treinos e das escutas individuais percebeu-se a necessidade de se trabalhar mais detalhadamente alguns temas através de vivências e dinâmicas grupais como forma de facilitar a reflexão sobre o tema. Assim, a ansiedade por ser uma queixa muito frequente entre os jogadores foi escolhida para uma série de intervenções em grupo. Nesse sentido, compreende-se a ansiedade como um “sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho” (CASTILLO *et al.* 2000).

Nessa perspectiva, ainda para Castillo (2000), a ansiedade e o medo passam a ser considerados como patológicos quando são exagerados, desproporcionais em relação ao estímulo, e interferem de forma prejudicial na qualidade de vida, no conforto emocional ou o desempenho diário do indivíduo. E, desse modo, prejudica todo o desempenho do time, pois segundo as queixas dos atletas a ansiedade os fazem esquecer da tática e da técnica que treinaram quando estão nos jogos. Os sintomas também os impedem de pensar com clareza em situações de pressão, o que dificulta a tomada de decisões dentro de campo em momentos inesperados, fazendo-os sentir um sentimento de paralisação.

Abrantes (2007 *apud* Fabianni 2007) revela que a maioria das derrotas no mundo do esporte é justificada pela dificuldade em controlar as emoções negativas, como a ansiedade e o estresse, por exemplo, que são considerados fatores perturbadores do rendimento dos atletas.

Diante disso, um dos momentos em que se trabalhou com a ansiedade foi feito em grupo e começou com uma conversa sobre o que é ansiedade. Uma das extensionistas iniciou o momento trazendo conceitos científicos sobre ansiedade e pediu que os atletas compartilhassem o que pensavam sobre o

tema. Depois outra extensionista passou para os atletas técnicas de respiração e relaxamento muscular para ajudar no controle dos sintomas.

Trabalhou-se ainda o minfulness enquanto técnica específica para situações de ansiedade. Vandenberghe e Sousa (2006) compreendem a técnica como uma forma de trabalhar a atenção plena através da qual é possível concentrar-se no momento atual. Isso significa estar em contato com o presente e não estar envolvido com lembranças ou com pensamentos sobre o futuro. Assim, foi repassado para os atletas a importância da técnica e as melhores formas de se realizar de acordo com pesquisas e estudos feitos anteriormente.

Ao final foi sugerido aos atletas técnicas de controle dessa ansiedade durante o jogo, como: auto-fala e visualização de jogadas. Essas técnicas fazem parte dos rituais pré-jogos de grandes atletas que buscam concentração e um controle de estímulos adversos presentes no ambiente. Assim, a visualização ou prática encoberta é uma técnica na qual o atleta treina mentalmente através da imaginação, a fim de melhorar seu rendimento e/ou lidar com questões emocionais provocadas por determinadas circunstâncias. O desportista acessa em sua memória informações para construir detalhes da situação, desde sentimentos psíquicos à textura do ambiente, buscando se aproximar ao máximo de uma experiência vívida. Durante a utilização desta técnica há alterações neuromusculares similares à execução física das atividades mentalizadas, se caracterizando assim como um treinamento mental. Já a autofala é dada através de ordens mentais, proferidas pelo indivíduo a si mesmo a fim de melhorar seu rendimento e/ou seu estado emocional. (Scala, 200; Weinberg e Gould, 2017).

Trabalhou-se também a motivação dos atletas em relação ao time. Foram feitas várias reflexões em grupo acerca do que motiva os jogadores a estarem no time e como podem usar isso na hora do jogo para se sentirem mais motivados. Assim, foi sugerido aos atletas e técnicos que anotassem suas motivações em pedaços de papel e colassem no corpo durante os jogos. O feedback também foi bastante positivo, sendo continuada essa prática pela maioria dos jogadores que continuaram fazendo nos jogos seguintes.

Assim compreende-se a motivação esportiva como “um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação dos fatores pessoais e ambientais” (SAMULSKI, 2009 *apud* COSTA *et al.* 2011). Nesse sentido, a motivação no esporte é usada para “descrever as forças internas (motivação intrínseca) e/ou externas (motivação extrínseca) do indivíduo que estão em constante processo de simbiose com o meio ambiente, gerando assim, comportamentos motivantes ou desmotivantes” (COSTA *et al.* 2011). Compreende-se, diante disso, que trabalhar a

motivação dos atletas é de extrema importância para se obter melhores resultados tanto individuais como coletivos, pois observa-se que um atleta motivado pode influenciar outros colegas a se sentirem mais motivados também contribuindo para um maior investimento dos jogadores em relação ao time.

Além disso, percebeu-se que os atletas precisam de mais compromisso em relação as atividade do time. Portanto, pensou-se em uma intervenção para promover a reflexão sobre o tema compromisso e responsabilidade. O momento começou quando se pediu que os atletas se subdividissem em grupos. Cada grupo deveria escolher um líder. Foi dada uma tarefa para todos os grupos. Cada grupo recebeu uma matéria de jornal falando sobre compromisso e responsabilidade em empresas, assim, pedimos que relacionassem o texto recebido com a realidade do time. Assim que foi explicada a tarefa cada líder foi chamado pelos facilitadores para fora da sala. Foi dada a instrução para cada líder atralhar as atividades, tirar a atenção dos colegas e não deixar que terminassem.

Assim foi feito, ao final de dez minutos, depois de muito barulho e bagunça, os extensionistas pediram que apresentassem o que tinham produzido. Alguns atletas pediram desculpas por não terem conseguido e muitos deram justificativas diversas para isso. Assim, o objetivo da dinâmica foi esclarecido e promoveu-se a reflexão sobre como a falta de compromisso e responsabilidade de uns prejudicam o time todo.

Depois desse primeiro momento, um extensionista e a supervisora do projeto fizeram uma apresentação teórica sobre o tema, assim como lembraram diversas situações da temporada passada em que faltou essas qualidades tanto individual como coletivamente. Também foram estimulados ao final a desenvolverem essas características por meio da ajuda psicológica.

Em relação à integração entre os jogadores, foram realizadas diversas intervenções, dentre elas uma durante o training camp. Assim, em um dos momentos foi solicitado por parte dos extensionistas que tanto os jogadores como a equipe técnica, um por vez, lesse a frase e entregasse para um membro do time que o ajudou em sua trajetória dentro do “Tropa Campina UEPB” e comentasse sobre o porquê desse ato. Os atletas que não tinham obtido um rendimento satisfatório nos treinos, logo foram abarcados pelo momento, recebendo grande parte das frases e apoio do time, assim como grande reafirmação por parte dos jogadores dos ideais de família, time e grupo. Buscou-se dessa forma estimular o apoio e a união entre os jogadores.

Apesar disso, observa-se que esse é um tema que precisa ser constantemente trabalhado tendo em vista que no último ano houve 4 seleções de novos jogadores e os novos membros nem sempre conseguem se integrar com facilidade entre os jogadores veteranos. Rubio (1999) cita a definição de coesão de Carron (1982) que consiste na inclinação de uma equipe em manter-se unida e direcionada na busca de seus objetivos, e a compreensão de Russel (1993) que diz que, para os técnicos das equipes esportivas, a coesão é o principal fator de êxito num grupo.

Outra questão que foi priorizada nas intervenções em grupo foi a liderança. Uma dessas intervenções foi feita com os capitães e a equipe de técnicos, foi aberto um círculo e utilizado uma técnica de dinâmica de grupo onde cada um iria possuir o nome do membro do grupo ao seu lado e discursar sobre sua postura enquanto líder no time assumindo o papel (a partir do nome recebido) que lhe fora dado. As mediações eram feitas pelos extensionistas a partir de leituras feitas sobre *leadercoaching*. Após cada um efetuar a sua fala, notou-se uma postura resolutiva dos líderes, sendo apresentada por parte de cada um, mediante um defeito levantado, uma solução imediata. Posteriormente, foi exaltado por parte da equipe de psicologia, que eles possuíam as soluções para suas queixas em seus discursos, e a necessidade de tornar esse discurso prático. A partir disso, observou-se que existe uma necessidade de se fazer um acompanhamento mais intenso desses atletas, assim, está sendo planejado um trabalho específico para os capitães.

Outros temas específicos relacionados com as queixas dos jogadores tem sido trabalhados semanalmente e é perceptível um avanço no que diz respeito a estabilidade psicológica dos jogadores nas reuniões, treinos e jogos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, compreende-se que a psicologia do esporte não deve se confundir com a prática clínica, mas deve-se focar nos temas específicos do mundo de esporte para basear sua intervenção. Desse modo, existem ferramentas básicas que todo psicólogo deve ter para a sua atuação e na psicologia do esporte não é diferente, sendo assim, espera-se que o profissional da psicologia no contexto esportivo possa usar sua escuta, observação, empatia e sensibilidade diante dos seus clientes desde o contato inicial, passando pelo levantamento das demandas, intervenções específicas e avaliação dos resultados.

Além disso, é importante que o psicólogo esteja atualizado em relação a técnicas e instrumentos de avaliação psicológica e esteja preparado para lidar com as demandas específicas do

mundo do esporte, estando sempre pronto para trabalhar com aconselhamento psicológico e encaminhamentos necessários.

Espera-se também que o psicólogo atuante no contexto esportivo seja capaz de compreender fenômenos do mundo do esporte que vão além dos conhecimentos da psicologia, ou seja, é preciso estar em constante diálogo com outras ciências e profissões como a Educação Física, fisioterapia, nutrição, medicina, entre outras, tendo em vista que o trabalho se torna mais eficaz quando é planejado de forma interdisciplinar.

Portanto, diante dos resultados obtidos, observa-se que os objetivos iniciais foram atingidos e que houve realmente uma mudança positiva na área psicológica dos atletas do “Tropa Campina Unifacisa, algo reconhecido pelos próprios jogadores através dos feedbacks dados à equipe de psicologia, que era vista com certo receio inicialmente. Queixar-se para os extensionistas era ainda visto como sinal de fraqueza para muitos atletas do time, que não entendiam o contexto de aplicação da psicologia do esporte, tendo uma visão predominantemente clínica do trabalho do psicólogo.

Nesse sentido, é necessário que temas como ansiedade, autoconfiança, liderança, compromisso, responsabilidade e união na equipe continuem sendo trabalhados, levando em consideração as queixas dos atletas e a possibilidade de contingências que perpassam o contexto do esporte. Pretende-se dessa forma ampliar as intervenções, buscando se aprofundar cada vez mais nos problemas encontrados, mas, sobretudo, buscando fazer um trabalho de prevenção e promoção de saúde. Assim, parcerias com outros projetos e serviços são de extrema importância para alcançar um bom nível de bem-estar da equipe e, conseqüentemente, bons resultados na próxima temporada.

REFERÊNCIAS

CASTILLO, Ana Regina GL et al. Transtornos de ansiedade. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo, v. 22, supl. 2, p. 20-23, Dec. 2000. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462000000600006&lng=en&nrm=iso>. access on 17 May 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462000000600006>.

COSTA, Varley Teoldo da et al. Validação da escala de motivação no esporte (SMS) no futebol para a língua portuguesa brasileira. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 537-546, sep. 2011. ISSN 1981-4690. Disponível em: <<http://www.journals.usp.br/rbefe/article/view/16835/18548>>. Acesso em: 17 may 2018. doi:<http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092011000300015>.

FABIANI, Marli Terezinha. **A psicologia do esporte: a ansiedade e o estresse pré-competitivo**. Elaborado em 2007. PUCPR.

MELLO, Miriam Moreira. **Fundamentos e intervenções em psicologia do esporte**. Campinas- SP, 2001.

Mindfulness nas terapias cognitivas e comportamentais. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 35-44, jun. 2006. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000100004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 17 maio 2018.

NOBRE, M. A. R. Desafios Da Contemporaneidade Da Psicologia Do Esporte: Um Olhar Logoterapêutico. *Logos & Existência Revista Da Associação Brasileira De Logoterapia E Análise Existencial* 4 (2), 168-175, 2015

RUBIO, Katia. A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília, v. 19, n. 3, p. 60-69, 1999 VANDENBERGHE, Luc; SOUSA, Ana Carolina Aquino de.

RUBIO, Katia. Origens e evolução da psicologia do esporte no Brasil. *Biblio3W, Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales*, Universidad de Barcelona, Vol. VII, nº 373, 10 de mayo de 2002. <http://www.ub.es/geocrit/b3w-373.htm> [ISSN 1138-9796]

SCALA, Cristiana Tieppo. Proposta de intervenção em psicologia do esporte. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, Universidade de São Paulo, Vol. 2, nº 1, 2000.

VIEIRA, L. F; VISSOCI, J. R. N; OLIVEIRA, L. P. d; VIEIRA, J. L. L. PSICOLOGIA DO ESPORTE: UMA ÁREA EMERGENTE DA PSICOLOGIA. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun. 2010.

WEINBERG, R. S.; GOULD, **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6 ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.