

A IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA DO ESPORTE PARA O RENDIMENTO DO ATLETA DE FUTSAL

AUTOR: ARAMIS SOARES GOULART
ORIENTADOR: Dr. ROGÉRIO DA CUNHA VOSER

RESUMO

Este estudo de cunho bibliográfico, teve por objetivo estudar as variáveis psicológicas que interferem no desempenho do atleta de alto rendimento, e da possível contribuição da preparação psicológica na otimização do rendimento do atleta de futsal. Foram apresentadas características e relevâncias a respeito da preparação psicológica e discussões acerca das seguintes variáveis psicológicas: concentração, motivação, coesão de grupo, ansiedade, personalidade e liderança.

Concluiu-se que é de vital importância a administração dos níveis das emoções, através da preparação psicológica, para que estas não atrapalhem o desempenho esportivo e que treinar um atleta ou uma equipe de futsal de auto-rendimento física, técnica e taticamente sem levar em consideração os aspectos psicológicos, que os influenciam, não garantem ao treinador conseguir o máximo desse atleta, podendo ser esse o diferencial entre a vitória e a derrota ou entre a primeira e a segunda colocação em uma competição.

Palavras Chave: Psicologia do Esporte, Futsal, Variáveis psicológicas.

INTRODUÇÃO

Esporte e psicologia começaram a ter uma relação mais estreita no final do século XIX, quando alguns estudiosos resolveram pesquisar os efeitos dos aspectos psicofisiológicos sobre as atividades físicas e esportivas. A partir de então foi acontecendo uma rápida evolução com o surgimento de novos pesquisadores, instituições e laboratórios que deram à Psicologia do Esporte o suporte necessário para a sua inclusão definitiva no cenário esportivo competitivo (RUBIO, 2000).

O esporte é uma atividade pela qual se vivenciam as emoções com intensidade e nesse âmbito os processos emocionais podem prejudicar ou ajudar a ação esportiva, implicando não só na preparação física e psicológica dos atletas, mas também em suas relações humanas, sendo de suma importância a administração dos níveis das emoções, para que estas não atrapalhem o desempenho esportivo do atleta.

A Psicologia do Esporte tem como objetivo auxiliar técnicos e atletas a entender e solucionar, da melhor maneira possível, as suas dificuldades psicológicas e sociais, sendo que uma tarefa específica do psicólogo do esporte é ajudar emocionalmente os atletas nas fases de

insegurança, a fim de que eles possam encontrar rapidamente a sua segurança e autoconfiança, de tal forma que possam realizar suas possibilidades máximas de rendimento na competição.

Esta pesquisa de cunho bibliográfico tem como principal objetivo estudar as variáveis psicológicas que interferem no desempenho do atleta de alto rendimento, e da possível contribuição da preparação psicológica na otimização do rendimento do atleta de futsal.

REVISÃO DE LITERATURA

PREPARAÇÃO PSICOLÓGICA

Bouet (1988) coloca que uma preparação psicológica bem programada e bem administrada nas atividades conseguirá trabalhar o nível motivacional, a aquisição de maior confiança, o equilíbrio emocional, fazendo com que o indivíduo transponha as barreiras do desempenho como adversários, preparação física, integração com o grupo e personalidade.

A preparação psicológica segundo Judakov (1974) é definida como o nível de desenvolvimento do conjunto de qualidades e propriedades psíquicas do esportista das quais depende a realização perfeita e confiável da atividade esportiva nas condições extremas dos treinamentos e das competições.

Ela é uma parte integrante da preparação geral do atleta. Por muito tempo deu-se ênfase a outros tipos de preparação, como a técnica, a tática e a física, mas, em situações competitivas nas quais se deve obter o máximo do potencial atlético, as preparações psicológica e nutricional são indispensáveis e devem ser incluídas.

A preparação psicológica é um processo objetivo que se promove em determinado grau na prática esportiva. Ela não deve ser feita de modo acidental ou fortuito e sim por meio de intervenções sistemáticas, realizadas dentro de uma programação que acompanhe e considere a sucessão de acontecimentos esportivos.

Nitsch (1985:150), “o objetivo e a meta do treinamento psicológico é a modificação dos processos e estados psíquicos (percepção, pensamento, motivação), ou seja, as bases psíquicas da regulação do movimento. Essa ajuda será alcançada com a ajuda de procedimentos psicológicos”.

Seus objetivos, quando ligados à obtenção do mais alto nível de preparação psicológica para a atividade, segundo Antonelli e Salvini (1978), podem ser realizados direta ou indiretamente através de métodos sugestivos e condicionantes (treinamento autógeno, técnicas comportamentais, etc.), capazes de lograr uma maior eficiência psicomotriz e um

melhor controle do sistema inibitório (ansiedade, medo, etc.); ou bem, métodos racionais de orientação psicodinâmica (“counseling”, psicoterapia em grupo, etc.) com fins formativos ou terapêuticos.

A importância da preparação psicológica está em acelerar processos naturais de desenvolvimento das qualidades psíquicas e propriedades da personalidade mais relevantes ao esportista. Ela contribui para desenvolver a tendência à auto-educação da vontade e do auto-aperfeiçoamento ativo do esportista (JUDADOV, 1974).

A preparação psicológica para o esportista, de acordo com Judadov (1974) consiste em: Contribuir para o aperfeiçoamento de processos psíquicos: percepções especializadas, representações, atenção, memória, pensamentos etc.;

Formar qualidades psíquicas da personalidade do esportista que exerçam influência sobre a manifestação estável dos processos psíquicos mencionados, sobre a conservação e a elevação do nível da capacidade de trabalho e da efetividade das ações motoras nas condições difíceis do treinamento e das competições;

Criar os estados psíquicos ótimos durante o processo do treinamento e das competições;

Desenvolver a habilidade de controlar os estados psíquicos nas condições extremas da atividade;

Contribuir para o desenvolvimento de conhecimentos acerca das competições que se irão realizar; criar uma “atmosfera psicológica” positiva.

Elliot e Mester (1998) apontaram três importantes grupos de aspectos psicológicos, que se interagem para produzir o máximo na “performance” de um atleta:

O perfil psicológico/personalidade do indivíduo: deparamo-nos com o limitado conhecimento do papel da personalidade e da falta de conhecimento sobre a identificação da personalidade do atleta superior (VEALEY, 1992), porém características pessoais podem ser consideradas como, por exemplo, traço de autoconfiança e traço de ansiedade.

Estratégias para o máximo na atuação: trata-se de identificar as mais importantes habilidades psicológicas da “performance” máxima a serem ensinadas aos atletas. Entretanto, o seu uso não irá assegurar o sucesso da preparação psicológica, senão aumentar a probabilidade de êxito.

Estratégias psicológicas para adaptar-se as adversidades: envolvem técnicas de gerenciamento do stresse e de mecanismos de suporte social.

Programas de preparação psicológica podem abordar diferentes tópicos, como motivação, ansiedade, coesão do grupo, estabelecimento de objetivos gerais e específicos de

“performance”, concentração e atenção, auto-regulação psicológica, etc.

Para poder desenvolver o seu trabalho psicológico, o especialista em psicologia do esporte deverá antes compreender quais são as vias de obtenção de informação e de influência psicológica pertinentes à situação a ser trabalhada. Portanto, o psicólogo do esporte, em uma perspectiva mais ampla, toma parte do processo de preparação geral do atleta criando programas de treinamento psicológico e adotando medidas de intervenção psicológica como o aconselhamento psicológico (“counseling”) e o acompanhamento psicológico (“coaching”) e, adicionalmente a isto, aplicam conhecimentos da psicologia em outras áreas interligadas e afins ao trabalho de preparação geral do atleta como, por exemplo, na aprendizagem de habilidades táticas.

O aconselhamento psicológico (counseling) tem como meta ajudar os técnicos e desportistas a entender e solucionar, da melhor maneira possível, os seus problemas psicológicos e sociais. Uma tarefa específica do psicólogo é ajudar emocionalmente as pessoas nas fases de insegurança, a fim de que elas possam encontrar rapidamente a sua segurança e autoconfiança (SAMULSKI, 2001).

Segundo Gabler (1979), a meta principal do acompanhamento psicológico (coaching) é “influenciar atletas como indivíduos e equipes, como grupos sociais de tal forma que possam realizar suas possibilidades máximas de rendimento na competição. Nesse contexto, as metas específicas do rendimento esportivo devem orientar e direcionar a regulação psíquica na competição”.

A preparação psicológica, em condições próximas às ideais, deve acompanhar o ciclo de treinamento anual do atleta. Sua estruturação evidencia algumas fases distintas: preparação psicológica geral, pré-competitiva, especial e de trânsito (que na preparação física corresponde ao período de transição). Todas essas fases preparatórias deverão ter uma descrição detalhada e, conseqüentemente, composta por vários itens enumerados sobre os objetivos específicos, conteúdos psicológicos, tarefas do especialista em Psicologia do Esporte, meios e procedimentos, e métodos de treinamento.

O psicólogo do esporte tem muitas tarefas a cumprir, que basicamente comportam o tratamento, o assessoramento e as questões educacionais e preventivas da comunidade esportista. Principalmente, no que tange ao atleta, este deve ser preparado psicologicamente nos seus diversos níveis de operação psicológica, que compreendem o nível personológico, social e psicofisiológico.

Após a conclusão de uma determinada etapa ou conclusão final do programa de preparação psicológica, este deve ser avaliado procurando-se evidenciar os conteúdos e os

efeitos da intervenção psicológica. Dessa forma, é possível constatar, por exemplo, situações problemáticas que possam estar afetando ou impedindo a eficiência do programa e procurar solucioná-las com a maior brevidade possível.

A resistência de alguns técnicos ao trabalho de preparação psicológica pode estar ligada às experiências de fracasso no emprego de algumas técnicas psicológicas realizadas por eles próprios ou por profissionais mal preparados, e ainda por uma falta de investimento pessoal ou de tempo maior na execução destas. Outros técnicos resistem ao trabalho de preparação psicológica simplesmente porque não sabem como implementá-lo. Existem ainda aqueles treinadores que, presos a uma imagem da sociedade, que os vê como super seres humanos que devem dar conta de todos os problemas do time e dos atletas, acabam não permitindo a entrada de outros profissionais em colaboração aos seus trabalhos.

VARIÁVEIS PSICOLÓGICAS QUE INTERFEREM NO RENDIMENTO DO ATLETA DE FUTSAL

CONCENTRAÇÃO

A concentração pode ser definida como a focalização da atenção em um determinado objeto ou em uma ação (SAMULSKI, 2002), ou seja, a capacidade de dirigir com consciência a atenção a um ponto específico no campo da percepção.

Para Rubio (2000), o treinamento da concentração constitui a melhoria da capacidade de focalizar a atenção em um ponto específico do campo da percepção e a capacidade de manter um bom nível de concentração durante um longo período de tempo (resistência de concentração).

No âmbito esportivo, ela pode ser considerada como a habilidade de focalizar em estímulos relevantes do ambiente e de manter esse foco ao longo do evento esportivo (WEINBERG & GOULD, 2001). Os atletas que descrevem seus melhores desempenhos inevitavelmente mencionam que estão completamente absorvidos no presente, focalizados na tarefa e realmente conscientes de seus próprios corpos e do ambiente externo.

As pesquisas indicam que os craques (atletas com alta capacidade) são capazes de analisar situações mais rapidamente e usar mais sinais antecipatórios do que a média dos outros atletas (ABERNATHY, 1993). Ser capaz de analisar uma situação para saber o que fazer – e possivelmente o que seu adversário está para fazer – é a chave da habilidade de atenção.

Segundo Samulski (1998), a concentração de um atleta pode ser aprimorada por meio

de técnicas de concentração, visualização ou exercícios de relaxamento. Essas técnicas podem ser utilizadas periodicamente, durante o período de treinamento e antes de uma competição.

Syer e Connolly (1984) propõem algumas diretrizes para o desenvolvimento da concentração, como conhecer os fatores de distração, manter-se rigorosamente na rotina de aquecimento, preparar pensamentos padronizados que possam ser utilizados quando ocorrer alguma distração durante a competição, respirar profundamente e relaxar.

MOTIVAÇÃO

A idéia de motivação remete-nos “a uma força interna”, que impulsiona determinadas ações. Na verdade, essa “força” não está dentro do atleta, mas no ambiente no qual está inserido. O estudo da motivação é definido por Catania (1984) como estudo das condições que determinam a efetividade do estímulo contingente como reforçador ou punidor. Ele considera a motivação um termo aplicado às muitas variáveis ambientais e orgânicas que tornam determinados estímulos significativos para o organismo.

O termo motivação refere-se a fatores e processos que levam as pessoas à ação ou à inércia em determinadas situações. As razões que impulsionam os atletas em direção a determinados comportamentos não podem ser reduzidas a conceitos rígidos, pois variam de acordo com a história de vida do atleta e as contingências do ambiente, ou seja, um atleta escolhe determinado esporte e participa dele com determinada intensidade e dedicação de acordo com experiências anteriores ou situações recentes (CRATTY, 1984),

Para Samulski (1995), “a motivação é um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos)”.

A literatura da motivação discute conceitos importantes, como motivação intrínseca e recompensas externas.

Weinberg e Gould (1984) definem motivação intrínseca pela participação de um atleta em determinada atividade sem recompensa externa. A motivação extrínseca refere-se às recompensas externas, como medalhas, dinheiro ou prêmios, que o atleta recebe. Pesquisadores da área defendem que um atleta se engaja em determinada atividade motivado por um somatório de fatores intrínsecos e recompensas externas.

Tutko e Richards (1994) reiteram que, provavelmente, o papel mais importante que um treinador desempenha é o de motivador. Sua personalidade, convicção, fins e técnicas de motivação é um dos principais elementos para o desenvolvimento das atitudes de seus

jogadores e para o grau de sucesso que estes alcançarão. Portanto, necessita analisar sua própria teoria de motivação e examinar seus enfoques dessas qualidades que pensa serem importantes para obter o resultado.

Becker jr. (1996), defini a motivação como um fator muito importante na busca de qualquer objetivo, pelo ser humano. Os treinadores reconhecem este fato como sendo principal, tanto nos treinamentos como nas competições. Assim sendo, a motivação é um elemento básico para o atleta seguir as orientações do treinador e praticar diariamente as sessões de treinamento.

De acordo com Bergamini (1991), a função motivacional do líder consiste em recompensar os subordinados pelo alcance dos objetivos traçados, esclarecer as dúvidas, eliminar os problemas e aumentar as possibilidades de que estes estejam satisfeitos com o trabalho que desempenham.

Neste sentido, Chellanduri e Arnott (1985) relacionam a motivação do esportista com a liderança do treinador. A conduta do treinador é dar apoio social, treinamento, instrução e feedback positivo. A motivação do esportista é um ciclo que começa com a motivação, que gera esforço, que produz rendimento, que proporciona uma recompensa, que gera satisfação e conseqüentemente, motivação, fechando o ciclo.

Para Harter (1978), a falta de motivação conduzirá ao aumento da tensão emocional, problemas disciplinares, aborrecimento, fadiga e rendimento ineficiente. Portanto, quando há motivação, a realização dos objetivos se torna mais amena e também mais interessante. As pessoas altamente motivadas para a realização são persistentes no seu comportamento, buscando assim sucesso na sua atividade (BERGAMINI, 1991).

Samulski (1986, P. 14), “Sobre técnicas de automotivação compreende-se todas aquelas medidas que uma pessoa aplica assumindo o controle sobre seu próprio comportamento, para regular seu nível de motivação”.

Em outra referência Samulski (1998) descreve algumas técnicas de automotivação que podem ser utilizadas por atletas de alto rendimento. Muitos atletas motivam-se por meio da imaginação de suas capacidades positivas, utilizando mentalizações como: “eu consigo fazer isto”, “eu acredito na minha preparação”, “eu confio na minha técnica”. Alguns atletas também se utilizam de auto-reforços materiais (comprar um presente para si próprio) ou auto-elogios. Outra estratégia para manter-se motivado é o estabelecimento de metas concretas a curto e longo prazo.

COESÃO DE GRUPO

A união ou coesão de um time é fundamental para o bom desempenho esportivo dos atletas. No esporte, o objetivo é vencer uma partida ou um campeonato, o que, em parte, depende do esforço coordenado da equipe ou do trabalho de equipe.

Para Weinberg e Gould (2001), a coesão relacionada à tarefa reflete o grau em que membros de um grupo trabalham juntos para alcançar objetivos comuns.

Carron (1982) define coesão como um processo dinâmico que reflete na tendência do grupo em permanecer junto perseguindo metas e objetivos comuns.

O nível de coesão é maior em grupos pequenos, em grupos muito grandes a coesão é menor e o mesmo tende a se subdividir em subgrupos, dificultando o relacionamento entre os atletas. A proximidade física também é um fator que aumenta a coesão.

É comum perceber que times que passam a pré-temporada em um mesmo local ficam mais unidos, pois estabelecem uma maior comunicação entre os mesmos. Portanto, o grupo deve ser uma só unidade, não havendo preferências entre seus integrantes.

Segundo Johnson (in KOHN, 1986), os indivíduos que se sentem aceitos pelo grupo, exploram com mais segurança e liberdade os problemas que aparecem. Assumem riscos, analisam suas capacidades e estão mais abertos a aceitarem os seus erros e aprenderem com eles.

Para aumentar a coesão do grupo é importante ter bem claro que a coesão define-se pela união do grupo em busca dos mesmos objetivos, portanto é necessário que esses objetivos sejam claramente definidos e que sofram mudanças de acordo com o progresso do grupo. É importante também que se encoraje à competição positiva dentro do time, para que os atletas possam juntos alcançar uma melhora de desempenho, e que cada atleta tenha seu papel muito bem definido para que todos se sintam responsáveis pelo sucesso da equipe. Evitar as “panelinhas”, a excessiva rotatividade de pessoal, realizar encontros periódicos entre os membros da equipe e estabelecer metas desafiadoras de grupo são algumas diretrizes para o aumento da coesão de grupo segundo Weinberg e Gould, 2001.

Outro fator importante para a coesão grupal é que a comunicação entre atletas e entre atletas e comissão técnica seja respeitada.

Sendo assim, a coesão é um fenômeno complexo, dinâmico e variável ao longo do campeonato. A unidade da equipe é um alicerce sobre o qual o grupo irá crescer e ter sucesso e é essencial para a existência do grupo. Cabe ressaltar que a coesão de um grupo não aparece

de uma hora para outra, sendo oportuno que atletas e comissão técnica trabalhem juntos para alcançá-la.

ANSIEDADE

Os psicólogos do esporte vêm estudando a relação entre ansiedade e desempenho há décadas. Eles não chegaram a conclusões definitivas, mas esclarecem aspectos do processo que têm várias implicações para ajudar os atletas a reagirem e terem melhor desempenho, em vez de se deixarem abater e atuarem mal (WEINBERG e GOULD, 2001).

O atleta pode ter seu desempenho afetado positivamente ou negativamente em decorrência do estado emocional pré-competitivo.

A ansiedade é o termo usado para a emoção experimentada quando nos deparamos com eventos aversivos que podem nos causar dor. A exposição a ameaças causa mudanças fisiológicas que nos preparam para lidar com essas ameaças. Uma dessas mudanças é o estreitamento da atenção e, dessa maneira, o atleta fica menos sensível a estímulos externos, o que pode causar uma queda em seu desempenho global. As mudanças fisiológicas que ocorrem no organismo consomem muita energia, o que pode interferir em atividades de longa duração. O excesso de ansiedade causa um aumento de adrenalina, que pode fazer com que o atleta se apresse em executar ações que requerem atenção e cuidado.

Existem algumas estratégias que podem auxiliar o atleta a lidar com o excesso de ansiedade e tensão, como aprender a reconhecer e mudar pensamentos negativos, utilizar afirmações positivas, regular a respiração, manter o senso de humor e fazer relaxamento.

Segundo Fleury (2005), a ansiedade pré-competitiva é um estado emocional que se caracteriza por nervosismo, preocupação e apreensão que pode ser gerado por nossos pensamentos (ansiedade cognitiva) ou por reações fisiológicas (ansiedade somática).

Para Martens (apud VOSER, 2003), existem muitas causas para o aparecimento da ansiedade antes da competição, mas em geral, elas reduzem-se a dois fatores: A incerteza que os indivíduos possuem acerca do resultado e a importância que o resultado representa para os indivíduos.

Cratty (1983), afirma que nem toda a ansiedade é prejudicial. O bom desempenho requer um nível de ansiedade ótimo. Brandão (1995) concorda dizendo que quando isto acontece o atleta esta psicologicamente em controle.

Para Fleury (2005) certo grau de ansiedade pode melhorar o desempenho desde que os níveis fisiológicos não sejam excessivos, um pouco de tensão aumenta o esforço e a

concentração de um atleta, o desempenho deteriora-se apenas sob as condições combinadas de preocupação mais ativação física excessiva (ativação física = tensão, batimento cardíaco, respiração alterada, sudorese, etc.).

Para Júnior (1998) a ansiedade pode ser positiva ou negativa. Ela é positiva quando a ansiedade está adequada, existe uma estabilidade emotiva e o atleta possui uma personalidade sadia. Negativa quando existem tensões emocionais excessivas ou então o atleta não apresenta nenhum quadro de tensão emocional, ele se mostra ausente em relação à competição.

PERSONALIDADE

Raramente o significado da palavra personalidade é claro para quem o usa, estando, muitas vezes, vagamente associado e relacionado, em uma primeira análise, com a idéia de habilidades sociais e, em uma segunda, com a avaliação da impressão marcante que o individuo causa em outras pessoas.

Os conceitos de personalidade variam dos mais simples (porém não menos importantes) até mais complexos, sendo que ambos apresentam uma dificuldade de entendimento e aceitação entre estudiosos e pesquisadores da área.

Butt, Cox e Weinberg & Gould apresentam similaridade no conceito de personalidade ao considerarem-na o conjunto de características que somadas, compreendem o caráter único de cada indivíduo.

Historicamente, uma das pesquisas mais realizadas em Psicologia do Esporte refere-se à relação entre personalidade e esporte (VEALEY, 1992), muitas comparando atletas e não-atletas, esportes individuais e esportes coletivos, níveis distintos de rendimento, posição, sexo e as reações do atleta antes e depois de uma competição esportiva.

Lundin, (1972) baseado na teoria do reforço da aprendizagem, considera a personalidade como sendo o equipamento singular do comportamento que se adquire através de uma história de aprendizagem. Tal visão considera a personalidade como parte do campo geral da aprendizagem, tratando em particular os processos de aprendizagem que implicam no ajustamento do homem ao seu meio.

Segundo Jung (1981), a personalidade é uma semente que só pode se desenvolver em pequenas etapas durante a vida. Acrescenta que não é a criança mas o adulto que pode alcançar a personalidade como fruto de uma vida cheia, orientada para este fim.

Para Hall et al. (1973), cada vez que um organismo aprende uma nova solução, desenvolve a personalidade, que evolui em resposta a quatro fontes principais de tensão: processo de crescimento psicológico, frustrações, conflitos, perigos. O aumento da tensão que

emana dessas fontes obriga a pessoa a desenvolver novas maneiras de reduzir a tensão.

A definição de personalidade que mais vem sobrevivendo aos avanços do tema durante os anos é de Allport de 1937 (apud COX: p.21) preconizando que a personalidade é “a organização dinâmica de sistemas psicofísicos do indivíduo que determinam ajustes únicos ao seu ambiente”. Mais recentemente, Alonso apud Hernández - Ardieta et al. (p. 106) definiu a personalidade como “organização mais ou menos estável e duradoura do caráter, temperamento, inteligência e constituição física de uma pessoa que determina sua forma peculiar de se ajustar ao ambiente e interagir com ele”. Nota-se que os autores não mencionaram somente características psicológicas em relação à personalidade, mas incluem às físicas, o que aponta para uma maior complexidade através da interação de diferentes variáveis.

A personalidade representa segundo, Hermann (1975:25), “um conjunto de características individuais, as quais são relativamente permanentes e estáveis”.

LIDERANÇA

Embora o conceito de liderança tenha sido freqüentemente discutido e várias teorias tenham sido casualmente referenciadas na literatura esportiva, existe uma lacuna de verdades consistentes no estudo da liderança no esporte (LOY et alli, 1978, apud CHELLADURAI & SALEH, 1980).

De acordo com Chelladurai e Saleh (1980), a relevância da teoria da liderança no esporte torna-se rapidamente aparente quando as equipes esportivas são vistas dentro do contexto organizacional.

Liderança é a força vital de uma organização de sucesso, e uma liderança efetiva pode ajudar a organização a desenvolver novas direções e a promover mudanças em direção aos objetivos propostos (BENNIS & NANUS, 1985).

Griffin e Moorhead (1986) definiram liderança em termos de processo e propriedade. Como processo, liderança significa o uso de influência não coercitiva para dirigir e coordenar atividades dos membros do grupo para alcançar uma meta. Como propriedade, significa as características atribuídas para aqueles que utilizam sua influência com sucesso.

Krettner e Kinick (1989) a definiram como um processo de influência social, no qual o líder procura por participação voluntária dos subordinados, num esforço em alcançar os objetivos da organização.

Do ponto de vista da organização, liderança é uma característica vital, porque ela

exerce poderosa influência sobre um indivíduo ou grupo. Entretanto, devido ao fato dos objetivos aos quais o grupo dirige seus esforços serem sempre aqueles desejados pelo líder, eles podem não coincidir com os objetivos da organização.

Em suma, liderança significa habilidade em influenciar os outros no cumprimento de objetivos e metas organizacionais.

CONCLUSÕES, LIMITAÇÕES E ENCAMINHAMENTOS DE NOVOS ESTUDOS.

Através da pesquisa consegui observar e concluir que treinar um atleta ou uma equipe de futsal de auto-rendimento física, técnica e taticamente sem levar em consideração os aspectos psicológicos, que os influenciam, não garantem ao treinador conseguir o máximo desempenho desse atleta, podendo ser esse o diferencial entre a vitória e a derrota ou entre a primeira e a segunda colocação em uma competição. Portanto, é de vital importância para o desempenho dos jogadores e do sucesso da comissão técnica a presença do profissional de psicologia para que este trabalhe em conjunto com as demais áreas do esporte de forma multidisciplinar e interdisciplinar.

Entendo que a Psicologia do Esporte prepara o atleta de futsal para enfrentar as diferentes solicitações de uma competição, no entanto essa preparação não será eficiente se acontecer exclusivamente em fases agudas da competição, como ocorre normalmente, ou quando a equipe ou um atleta apresentar resultados negativos e que, geralmente, são atribuídos a uma má preparação psicológica. Essa preparação psicológica deve acontecer naturalmente, como parte do processo de treinamento tal e qual o trabalho de preparação física, técnica e tática, fato que nem sempre acontece devido à estrutura das equipes e à falta de informação.

Acredito que a Psicologia do Esporte está principiando um caminho promissor, no aguardo do reconhecimento que merece, tendo em vista a dialética trajetória assumida, de questionamentos geradores de respostas que precipitam novas questões.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BURITI, MA. (org). *Psicologia do Esporte*. Campinas, SP: Editora ALÍNEA, 2001.

CHELLADURAI, P; SALEH, S.D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of sports psychology*, 2, pp. 34-35.

CHELLADURAI, P; SALEH, S. D. (1978). Preferred leadership in sports: Development of a leadership scale. *Journal of sports psychology*, 2, pp.34-45.

COX, RH. *Sports Psychology: Concepts and Applications*. Dubuque: Brown & Benchmark, 1994.

HERNANDEZ-ARDIETA IP, LOPEZ JC, DOLORES M, RUIZ, EJG. Personalidad, diferencias individuales y ejecución deportiva. In: ZAFRA A, RUIZ HJ, GARCIA GN (coordinadores). *Manual de psicología del deporte*. Murcia: DM, 2002. p. 105-23.

MACHADO, AA. *Psicologia do Esporte: temas emergentes, 1* / organizador. Jundiaí: ÁPICE, 1997.

MOSQUERA, JJM. *Psicologia do desporto*. Colab. De Claus Dieter Stobäus. Porto Alegre: Editora da Universidade, UFRGS, 1984.

RUBIO, K. *Encontros e Desencontros: Descobrimos a Psicologia do Esporte* / organizadora. São Paulo: CASA DO PSICÓLOGO, 2000.

RUBIO, K. / organizadora. *Psicologia do Esporte*. São Paulo: CASA do PSICÓLOGO, 2000.

SAMULSKI, DM. *Psicologia do Esporte: Manual para Educação física, Psicologia e fisioterapia*. Barueri: MANOLE, 2002.

SCALON, RM. *A Psicologia do Esporte e a Criança*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004.

VOSER, RC. *Futsal: princípios técnicos e táticos*. Canoas: Editora da ULBRA, 2003.

WEINBERG, RS. GOULD, D; trad. Maria Cristina Monteiro. *Fundamentos da Psicologia e do Exercício*. – 2. ed. Porto Alegre: ARTMED, 2001.