

CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA POSITIVA PARA O CONTEXTO ESPORTIVO: INTERFACES ENTRE TEORIA E PRÁTICA

Autores: Simone Meyer Sanches, Marcelo Simões Mendes

Instituição: Universidade Paulista - UNIP, Campinas, São Paulo, Brasil.

E-mail: si_sanches@hotmail.com

O esporte brasileiro vivencia um período de expansão devido à preparação para os dois megaeventos esportivos que acontecerão em território nacional: a Copa do Mundo de Futebol (2014) e as Olimpíadas do Rio de Janeiro (2016). Não diferente a este fato encontra-se a área da Psicologia do Esporte, a qual vem ganhando cada vez mais importância tanto dentro do campo do rendimento esportivo quanto do esporte enquanto ferramenta auxiliadora na promoção da saúde e educação de seus praticantes. Especificamente na área da Psicologia do Esporte encontra-se a linha de estudos da Psicologia Positiva, que se refere ao estudo das condições e processos que contribuem para o amadurecimento e otimização do desempenho das pessoas, grupos e instituições. Esta abordagem busca oferecer um equilíbrio em relação às teorias predominantes na Psicologia, que possuem um enfoque muito direcionado à resolução de problemas e aos aspectos patológicos dos indivíduos. A Psicologia Positiva visa à promoção da saúde do sujeito por meio do desenvolvimento das qualidades psicológicas e das emoções positivas do mesmo. Sendo assim, este estudo teve por objetivo estabelecer relações entre o conhecimento teórico oriundo da Psicologia Positiva com o campo prático que envolve o esporte contemporâneo. Uma das propostas mais significativas da Psicologia Positiva confere na promoção da saúde por meio de medidas profiláticas de aplicação, ou seja, promover o autoconhecimento e potencializar as qualidades do ser humano para que este esteja mais fortalecido e estruturado psicologicamente para possíveis adversidades que se interponham em sua vida. Na área do rendimento esportivo, tal medida pode ter uma relevância muito grande, tendo em vista diversos fatores de risco a que atletas e técnicos estão expostos com muita frequência, como: pressão constante por resultados expressivos, fatores ansiogênicos inerentes a prática competitiva, lesões, entre outros. No campo do esporte enquanto prática de tempo livre assim como na vertente educacional, é possível fazer uso das premissas da Psicologia Positiva que visam o desenvolvimento das potencialidades do ser humano e das qualidades psicológicas do mesmo, como a esperança, a solidariedade, o otimismo, a perseverança, a afetividade positiva, inteligência emocional, entre outros. De fato, várias podem ser as contribuições da Psicologia Positiva no campo esportivo. No entanto, no Brasil é notada uma carência de estudos nesta direção o que implica em um campo de conhecimento ainda a ser muito explorado e que por sua vez, pode contribuir tanto na formação de psicólogos do esporte quanto para outros profissionais que estão inseridos no ambiente esportivo.

Palavras-chave: Psicologia Positiva; Aplicabilidade; Contexto Esportivo.