

EDITORIAL

Celina Gonçalves¹, Pedro Teques², Vítor Pires Lopes³, Duarte Araújo⁴

¹ Departamento de Ciências do Desporto e Educação Física do Instituto Politécnico de Bragança; CIDESD, Portugal; Celinag@ipb.pt

² N2i, Instituto Politécnico da Maia, Portugal; CIPER, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Portugal; pteques@ipmaia.pt

³ Departamento de Ciências do Desporto e Educação Física do Instituto Politécnico de Bragança; CIDESD, Portugal; vplopes@ipb.pt

⁴ CIPER, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Portugal; daraujo@fmh.ulisboa.pt

As ciências do desporto e em especial a psicologia do desporto, têm como um dos seus pilares científicos e profissionais, a superação pessoal e a melhoria do desempenho desportivo. Outro aspecto que há mais de 3 décadas tem interessado à psicologia do desporto, emancipando o ramo da psicologia do exercício é a ligação entre atividade física e saúde. Neste âmbito a saúde, ao invés de ser vista como a ausência de doença, é vista como a prossecução de uma melhor qualidade de vida e bem-estar. As abordagens e investigações científicas que ligam estes tópicos permitem uma melhor compreensão e intervenção no desporto e na atividade física. Neste sentido, psicologia, neurociências, biologia, teoria e metodologia do treino, design de contextos de prática, podem reforçar as suas ligações para a melhoria do desempenho e para a promoção da saúde. Foi neste enquadramento que se realizaram nos dias 2 e 3 de novembro de 2017, em Bragança, as XVIII Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto, o maior evento nacional de Psicologia do Desporto. Este evento contou com a presença de profissionais e investigadores onde se destacaram os quatro conferencistas nacionais e Internacionais.

Eric Brymer da Leeds Beckett University referiu-se a “The nature of adventure and its role in the future of physical activity and mental health interventions” destacando o crescente e contínuo interesse nas atividades de aventura e desportos extremos, bem como o crescimento surpreendente dos praticantes. As taxas de participação têm vindo a ultrapassar as dos desportos tradicionais federados. Eric Brymer ressaltou ainda que a forma com são conceptualizadas as atividades de aventura e os seus praticantes são importantes, devendo ser vistas para além do risco. Nesse sentido, o autor oferece uma compreensão assente na fenomenologia para ir além das causas e pressuposições culturais e psicológicas, enunciando esta prática como uma experiência mais positiva e mais inclusiva. Nesta perspectiva, a aventura e os desportos extremos podem ser mais acessíveis e positivos do que as modalidades tradicionais.

Juan Antonio Moreno Murcia da Universidad Miguel Hernández de Elche falou sobre a “Importancia del apoyo a la autonomía para la motivación en el ejercicio físico”, ressaltando que o comprometimento dos praticantes depende do apoio e da autonomia do treinador. Neste âmbito, a relação treinador-atleta é determinante para gerar mais oportunidades de aprendizagem no desenvolvimento dos recursos internos que o praticante pode apresentar para tomar decisões

autonomamente. A sua conferência refletiu sobre as teorias do modelo de apoio para a autonomia e finalizou com a apresentação de estratégias para a sua consecução.

Rita Cordovil da Universidade de Lisboa apresentou “A percepção de affordances do outro: implicações para professores/treinadores”, onde mostrou alguns estudos nas áreas do desenvolvimento motor e da segurança infantil, que investigaram factores influentes na percepção das affordances do outro, visando fomentar a discussão de algumas implicações para as áreas do ensino e do treino. Referiu que percepção de affordances dos outros por parte das crianças melhora com a idade, sendo algumas crianças de 8 anos capazes de ajustar a sua percepção inicial às informações do contexto, tomando decisões cada vez mais ajustadas às capacidades de ação dos colegas. Foram ainda discutidas as implicações destes resultados a nível da organização de espaços para crianças, do ensino e do treino desportivo.

Rui Sofia da Universidade do Minho comunicou sobre “Emoções, regulação emocional e autocontrolo no desporto”, e centrou-se no papel das emoções no desporto, tendo em consideração o seu potencial efeito no desempenho desportivo. Foram discutidas desde as perspetivas mais clássicas às mais contemporâneas. Para além disso, também foram abordadas as estratégias de regulação emocional e apresentadas algumas sugestões e/ou linhas de intervenção para ajudar os atletas a controlar e gerir as suas emoções de forma mais eficaz.

A par dos conferencistas, foram apresentados três simpósios que se desenvolveram em temáticas como os “Constrangimentos psicológicos, sociais e ambientais na relação treinador-atleta: Da formação à elite”; o “Desenvolvimento de carreiras em futebolistas: Uma abordagem multifatorial”; e a “Aplicação de novas tecnologia e métodos matemáticos para análise de desempenho no futebol”, com um total de treze comunicações. Para além disso, um total de dezasseis comunicações orais e doze pósteres abordaram temas, tais como: bem-estar e qualidade de vida; inclusão através do desporto; influência do suporte social, nomeadamente dos pais, na prática desportiva; motivação para a prática; as emoções no rendimento; resiliência; sucesso e desempenho desportivo; comportamentos agressivos; e ansiedade e burnout.

Todas estas intervenções deram corpo a um evento com conteúdo atual e pertinente na área da psicologia do desporto, num ambiente de discussão científica, tradicional e acolhedor para todos os intervenientes. O evento destinou-se a treinadores de todos os níveis de prática, aos profissionais de fitness, aos professores de Educação Física, aos psicólogos, aos neurocientistas e investigadores do movimento humano, aos atletas e praticantes de exercício e, em geral, a todos os interessados em desporto e exercício.

Das XVIII Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto resultou ainda uma compilação de trabalhos de investigação selecionados que dão forma à presente edição especial de Psicologia do Desporto no Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física.

O artigo “Educação Física para Todos: Visão de alunos sem condição de deficiência” de Pedro Rui Inês Pires, Maria Helena Ferreira de Pedro Mesquita, Sergio José Ibáñez Godoy, João Júlio

de Matos Serrano, António dos Santos Machado e Pedro Miguel Santos Jorge de Sá Viegas, centrou-se em perceber de que forma é que os alunos sem condição de deficiência encaram os seus pares com condição de deficiência nas aulas de Educação Física. Em relação ao gosto pelas atividades corporais constataram que todos os alunos gostam da disciplina de Educação Física e se divertem na sua realização. No entanto, quanto ao grau de inclusão no contexto da aula de Educação Física constaram que apesar dos alunos sem deficiência gostarem que o colega com deficiência participe na aula, o grau de inclusão do aluno na aula parece encontrar-se comprometido por vários motivos, referenciados pelos autores, que despertam uma reflexão profunda sobre a temática.

O artigo “Estudo exploratório das emoções prementes no rendimento desportivo” de Sebastião Santos e José Alves, teve como intuito definir e analisar as variáveis emocionais influentes no desempenho desportivo da Natação Pura Desportiva. O estudo mostra que reforçar a autoconfiança significa uma redução das emoções negativas, e potencia as emoções positivas que são uma mais valia para o rendimento desportivo.

O artigo “A díade treinador-atleta do andebol feminino: Diferenças entre elite e sub elite” de Ana Silva e Pedro Teques, teve como objetivo compreender os fatores associados à díade treinador-atleta no andebol feminino sénior, nas diferentes divisões nacionais. Este estudo revela que o aspeto relacional do treinador com o atleta emerge, essencialmente, através da comunicação aberta e honesta. Os fatores mencionados como relevantes para otimizar o empenho, a motivação e a autoestima são: a proximidade, os laços afetivos e emocionais, o sentimento de confiança, respeito e apreciação interpessoal mútuas, e o conhecimento dos atletas por parte do treinador. A complementaridade, compromisso, fatores socioculturais e o clima organizacional foram mencionados, neste estudo, como fatores moderadores da díade treinador-atleta.

A investigação incluída neste número especial dedicado às XVIII Jornadas da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto permite compreender diferentes contextos de comportamento específicos do desporto e do exercício e, por isso, estamos convictos que contribui para a formação e reflexão e, simultaneamente, desenvolvimento do conhecimento na área da Psicologia do Desporto e Exercício em Portugal.