



**COLEÇÃO PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO.
Teoría e Aplicação. Vol. 1.
MARIA REGINA FERREIRA BRANDÃO E
AFONSO ANTONIO MACHADO
SAN PAULO, BRASIL. ED. ATHENEU. 2007.**

Organizado por Maria Regina Ferreira Brandão e Afonso Antônio Machado, este livro, escrito em língua portuguesa, traz dados sobre a realidade brasileira, além de informações atualizadas da literatura internacional. Intitulado “Coleção Psicologia do esporte e do exercício, teoria e aplicação, volume 1” a obra por si só já promete uma continuidade. De maneira simples e didática, consegue envolver os leitores que, certamente, já esperam os volumes seguintes.

Inicia-se com uma narrativa sobre a história da Psicologia do Esporte, bastante completa, de autoria do Dr. Hiram Mario Valdés Casal, da Universidade de Havana, em Cuba. Abrange informações não apenas dos países ocidentais, como Estados Unidos, Alemanha e Brasil, mas também da realidade ainda pouco conhecida da União Soviética e de Cuba.

O capítulo seguinte trata das diferentes áreas de atuação da psicologia do esporte. O autor, Dietmar Samulski, inicia seu texto citando as questões mais tradicionais, como o esporte de rendimento, que, historicamente, foi o primeiro assunto neste universo a ser pesquisado. Com o mesmo interesse, analisa as investigações na recreação, na prevenção e na saúde. Em seguida, trata de pontos mais recentes, como a iniciação e a transição esportivas, a educação física escolar, o supertreinamento, o abandono no esporte, a relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida, além do esporte adaptado, sempre ressaltando a interdependência de todos os temas.

O modelo de prática profissional na psicologia do esporte é tratado por Regina Brandão e por Hiram Valdés no terceiro capítulo. Eles recomendam que o psicólogo acompanhe o técnico, planejando a preparação psicológica em função das necessidades das diferentes etapas do treinamento. Colocam, assim, o trabalho em Psicologia hierarquicamente subordinado ao do treinador, profissional, que, por muito tempo, foi o único responsável pela intervenção psicológica em uma equipe, por isso a importância de conhecer suas necessidades antes de intervir. Ao final do texto, os autores expõem claramente o que pensam que são as tarefas mais importantes do psicólogo do esporte na equipe interdisciplinar. Para eles, não importa se o modelo seguido é cognitivo-comportamental, psicanalítico ou da Psicologia Social, mas que se procure solucionar problemas concretos da área esportiva.

O capítulo sobre emoções no esporte foi escrito por Luiz Carlos Moraes. Nele, o autor se preocupou em fazer uma boa introdução, definindo claramente o termo e descrevendo a história do seu estudo, desde Charles Darwin até os dias atuais. Como era esperado, dedica-se mais às emoções oriundas da área esportiva, comentando sobre a relação destas com o desempenho dos atletas e a necessidade de controlá-las. Diferencia-se de outros textos por abordar os aspectos positivos e negativos das emoções, em especial do medo, e por fazer alusão aos esportes radicais. Detalha alguns instrumentos de medição importantes para um estudo mais preciso e faz comparações baseadas no gênero e na idade, momento em que aproveita para desenvolver o tema da iniciação esportiva. Como não poderia deixar de ser, a ansiedade recebe aqui atenção especial, assim como o estresse e a auto-estima.

O responsável por discorrer sobre os muitos aspectos psicossociais do esporte, Afonso Machado acaba se concentrando mais nas questões que envolvem violência e agressividade, sem esquecer pontos igualmente importantes, como a mídia, as lideranças, as relações interpessoais e os diferentes grupos sociais: família, escola e clubes esportivos. Enfatiza a influência da torcida nas reações dos atletas, chegando inclusive a afirmar que “o objetivo da turba é causar descontrole” (p. 109) e aponta como solução para imunizá-los deste efeito negativo, programas de educação esportiva e a devida preparação psicológica, assunto do capítulo sexto.

Marisa Cury Agresta e Regina Brandão discorrem neste capítulo sobre o treinamento das habilidades psicológicas. Para tanto, se baseiam nas sete habilidades citadas por Terry Orlik, já conhecidas do público brasileiro: compromisso, atenção dirigida, confiança, preparação mental, visualizações positivas, controle das distrações e aprendizagem constante. As autoras afirmam que existe uma grande variedade de tipos de treinamento para as habilidades psicológicas e descrevem algumas técnicas baseadas em métodos cognitivos e somáticos.

Após descrever o que ocorreu com a psicologia da atividade física e do esporte nos últimos anos, Regina Brandão finaliza a obra descrevendo o que acha que são os desafios

para os próximos anos: a avaliação psicológica e a influência da cultura no esporte. Ressalva que para produzir medidas confiáveis os testes precisam refletir o contexto do esporte, baseando-se em teorias específicas da área e adaptando-os à realidade de cada população. Com o crescente número de publicações, é grande a possibilidade de que se copie para grupos de outra nacionalidade e cultura conhecimentos já testados, mas sem a devida adaptação.

Verena de Melo Freire
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria