

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE**

**OBJETIVOS ESPORTIVOS E OS CONFLITOS PSICOLÓGICOS EM
NADADORES DE ELITE: A FENOMENOLOGIA COMO PROPOSTA DE
INTERVENÇÃO MEDIANTE ESTUDO DE CASO**

João Carlos Teixeira de Souza Barros

São Paulo

2005

**OBJETIVOS ESPORTIVOS E OS CONFLITOS PSICOLÓGICOS EM
NADADORES DE ELITE: A FENOMENOLOGIA COMO PROPOSTA DE
INTERVENÇÃO MEDIANTE ESTUDO DE CASO**

JOÃO CARLOS TEIXEIRA DE SOUZA BARROS

Dissertação apresentada à Escola de
Educação Física e Esporte da
Universidade de São Paulo, como
requisito parcial para obtenção do grau
de Mestre em Educação Física

ORIENTADOR: PROF. DR. DANTE DE ROSE JÚNIOR

Catálogo da Publicação
Serviço de Biblioteca
Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo

Barros, João Carlos Teixeira de Souza

Objetivos esportivos e os conflitos psicológicos em nadadores de elite: a fenomenologia como proposta de intervenção mediante estudo de caso / João Carlos Teixeira de Souza Barros. – São Paulo : [s.n.], 2005..
xvi, 94p.

Dissertação (Mestrado) - -Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo.

Orientador: Prof. Dr. Dante de Rose Junior

1. Psicologia do esporte 2. Natação I. Título.

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é fruto do convívio agradável com muitas pessoas. Incontáveis. O ambiente esportivo tem dessas coisas. Ao citar o Prof. Dr. Dante de Rose Júnior, mais que um orientador, os amigos da Escola de Educação Física e Esporte da USP, Grupo de Estudos e Pesquisa em Psicologia do Esporte – GEPPE/EEFE/USP, da Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos – CBDA e da Universidade Santa Cecília - UNISANTA , em especial, me reporto e agradeço a todos que forma direta ou indireta colaboraram com esse estudo.

Aos nadadores que, de há muito, vêm colaborando com o meu aprendizado, também um agradecimento especial. A turma do Inter é inesquecível.

Ao Pedro, Canadá, Luciana, Leonardo, Ricardo, Mariana e Lucas, Barros e Bentos, pela companhia compreensiva e inspiradora.

Dedicatória

*Ao velho homem do mar
aonde quer que estejas navegando*

SUMÁRIO

	Páginas
LISTA DE TABELAS	vi
LISTA DE FIGURAS	vii
LISTA DE QUADROS	ix
LISTA DE ANEXOS	xi
SIGLAS E ABREVIACÕES	xii
RESUMO.....	xiii
ABSTRACT	xv
1 INTRODUÇÃO	1
2 JUSTIFICATIVA	4
2.1 O processo de intervenção	5
2.2 A prática da intervenção	5
3 QUESTÕES QUE ORIENTAM O ESTUDO	6
4 OBJETIVOS	6
5 REVISÃO DE LITERATURA	7
5.1 O esporte competitivo de alta performance	7
5.2 A natação como modalidade competitiva de alta performances	8
5.3 Aspectos psicológicos e o ambiente de alta performance	10
5.4 Objetivos Esportivos: complexidade e implicações psicológicas nos programas de treinamentos e nas performances competitivas	13
5.5 Conflitos e crises psicológicas relacionadas aos objetivos esportivos ...	18
5.6 A síndrome de objetivos esportivos com projeções retroativas	20
5.7 A pesquisa fenomenológica na psicologia esportiva	26

5.7.1	A redução fenomenológica e as análises interpretativas das entrevistas	29
5.7.2	O método fenomenológico na investigação das vivências no campo esportivo	30
5.7.3	Pesquisa em psicologia fenomenológica no campo esportivo	31
5.8	A entrevista psicológica	32
5.8.1	A entrevista psicológica como campo de atuação	33
5.8.2	A experiência no campo esportivo e a entrevista psicológica com abordagem fenomenológica	34
6	METODOLOGIA	35
6.1	Caracterização da pesquisa	35
6.2	Sujeito da pesquisa: um estudo de caso	36
6.3	Instrumentos	37
6.4	Procedimentos	37
6.4.1	Obtenção do histórico esportivo	38
6.4.2	Observação sistemática nos treinamentos e nas competições	38
6.4.3	Entrevistas de diagnóstico e intervenções psicológicas esportivas	39
6.5	Análise dos dados	40
7	RESULTADOS: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO	42
7.1	Histórico esportivo	42
7.2	Observação sistemática nos treinamentos e nas competições	56
7.3	Entrevistas	60
7.3.1	Entrevistas iniciais	60
7.3.2	Entrevistas psicológicas e identificação dos conflitos de objetivos esportivos	61
7.3.3	Análise e interpretação dos discursos	61

	7.3.4	Intervenções psicológicas referentes às questões desveladas e a Fase D do período pós-interventivo	67
	7.3.5	A apreensão e compreensão: o processo de interação	76
8		PERSPECTIVAS CONCLUSIVAS	79
9		SUGESTÕES PARA ESTUDOS FUTUROS	81
		REFERÊNCIAS	82
		ANEXOS	93

LISTA DE TABELAS

TABELA	1 -	Participações em campeonatos oficiais em piscinas de 50 metros na prova dos 100 metros nado Peito no período compreendido entre 1999 e 2003	43
TABELA	2 -	Demonstrativo dos tempos obtidos e médias por temporada esportivas que situam o estudo para as análises técnicas qualitativas	43
TABELA	3 -	Análise de desempenho técnico das Fases A, B, e C do período pré-interventivo	48
TABELA	4 -	Análise de desempenho técnico da Fase A do período pré-interventivo	50
TABELA	5 -	Performances da Fase A consideradas estabilizadas	51
TABELA	6 -	Performance da Fase A considerada piorada	51
TABELA	7 -	Performance da Fase A consideradas melhoradas	52
TABELA	8 -	Demonstrativo de melhoras de performances da Fase A para a Fase B	53
TABELA	9 -	Análise de desempenho técnico da Fase B do período pré-interventivo	53
TABELA	10 -	Demonstrativo dos ganhos qualitativos do resultado da Fase B em relação ao melhor tempo da Fase A	54
TABELA	11 -	Demonstrativo dos ganhos qualitativos dos resultados da Fase D em relação ao melhor tempo da Fase B	70

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 -	Demonstrativo de comportamento resultante do foco esportivo centrado em projeções futuras e passadas	25
FIGURA 2 -	Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito na temporada esportiva do ano 1999 em eventos oficiais disputados em piscinas de 50 metros	44
FIGURA 3 -	Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2000 em piscinas de 50 metros	44
FIGURA 4 -	Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2001 em piscinas de 50 metros	45
FIGURA 5 -	Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2002 em piscinas de 50 metros	46
FIGURA 6 -	Oscilações de tempos entre os melhores e os piores resultados por temporadas esportivas	47
FIGURA 7 -	Tempos obtidos nos 100 metros nado Peito no período pré-interventivos	49
FIGURA 8 -	Demonstrativo de melhora, estabilidade e piora de performance na prova dos 100 metros nado Peito na Fase A do período pré-interventivo	50
FIGURA 9 -	Demonstrativo das melhoras de tempos das Fases A e B.....	52
FIGURA 10 -	Comparativo qualitativo das Fases A e B.....	53
FIGURA 11 -	Representação da melhora de desempenho nas participações 7 ^a . (B) e 9 ^a . (B)	54

FIGURA 12 - Resultados competitivos da segunda metade da temporada de 2000 e temporadas completas de 2001 e 2002	56
FIGURA 13 - Comparativo qualitativo das Fases A, B e C pré-interventiva e Fase D pós-interventiva	69
FIGURA 14 - Representação das melhoras de desempenho nas participações da Fase D de números 17, 18, 19 e 20	70

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 - Distâncias e nados oficiais para ambos os sexos percorridas em piscinas de 50 metros com recordes mundiais homologados pela FINA	9
QUADRO 2 - Exemplos de séries de treinamentos para melhora das capacidades técnicas e fisiológicas	58
QUADRO 3 - Exemplos de séries de treinamentos para melhora das capacidades técnicas e fisiológicas	58
QUADRO 4 - Exemplos de resultados de testes de lactacidemia das temporadas 2001, 2002 e 2003 durante os treinamentos	60
QUADRO 5 - Dados significativos das entrevistas diagnósticas psicológicas	62
QUADRO 6 - Dados significativos das entrevistas diagnósticas psicológicas referentes à Fase C que evidenciam conflitos de objetivos e de identidade esportiva	64
QUADRO 7 - Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam o processo de interação e o resignificado dos conflitos de objetivos e reorganização da identidade esportiva	71
QUADRO 8 - Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a compreensão dos fatos esportivos conflituosos vivenciados	73
QUADRO 9 - Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a transição compreensiva da nadadora	75

QUADRO 10- Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à compreensão de todo o processo de intervenção	77
---	----

LISTA DE ANEXOS

ANEXO I -	Parecer do Comitê de Ética	93
ANEXO II -	Termo de consentimento livre e informado à atleta	94

SIGLAS E ABREVIATÖES

FINA	Federação Internacional de Nataçãõ
CBDA	Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos
FAP	Federação Aquática Paulista
CT	Comissão Técnica
OE	Objetivos Esportivos
OER	Objetivos Esportivos de Resultado
OEX	Objetivos Esportivos de Execuçãõ
SOERP	Síndrome de Objetivos Esportivos com Projeções Retroativas

RESUMO

OBJETIVOS ESPORTIVOS E OS CONFLITOS PSICOLÓGICOS EM NADADORES DE ELITE: A FENOMENOLOGIA COMO PROPOSTA DE INTERVENÇÃO MEDIANTE UM ESTUDO DE CASO

Autor: JOÃO CARLOS TEIXEIRA DE SOUZA BARROS

Orientador: Prof. Dr. DANTE DE ROSE JÚNIOR

A proposta deste estudo foi investigar a viabilidade da utilização de uma conduta de diagnóstico e intervenção psicológica esportiva em uma nadadora de alto nível técnico que apresentava, sem motivos aparentes, conflitos relacionados aos objetivos esportivos após obtenção de um resultado técnico expressivo. A atleta não conseguia ultrapassar a sua melhor marca, embora viesse apresentando bons rendimento nas sessões de treinamento, por mais de duas e meia temporadas esportivas. A nadadora apresentava apatia competitiva não condizentes com o seu histórico atlético. Para a realização deste estudo de caso, a fundamentação da fenomenologia existencial, transposta da filosofia para a psicologia, mostrou ser um eficiente suporte para a escuta e o ordenamento da compreensão das experiências vivenciais da atleta à medida em que elas foram se sucedendo. A tentativa de permanência em situações psicologicamente significativas, resultantes de momentos especiais, como se caracterizam os grandes resultados dos esportes competitivos, podem aprisionar e bloquear o desenvolvimento e até a continuidade da prática

esportiva em altas performances. Nesse estudo se caracterizou tais atitudes psicológicas como síndrome de objetivos esportivos com projeções retroativas. As proposições que procuram por uma ampliação dos caminhos interpretativos dentro da psicologia voltada para o esporte objetivando a compreensão de atletas e a instigação fenomenológica demonstraram ser possíveis no campo esportivo como uma atitude que envolve a centralização na pessoa existente e enfatiza o ser humano como emergente e em evolução. Os resultados indicam que os objetivos esportivos devem ser constantemente observados e reordenados ao longo do desenvolvimento das carreiras esportivas, para que ocorra a consonância das variáveis técnicas, físicas, táticas e psicológicas que compõem os programas de treinamentos e, principalmente, o momento competitivo. Com a compreensão do despedir-se dos resultados significativos obtidos, a nadadora demonstrou possibilidades motivacionais ampliadas para novas aquisições.

Palavras-chave: psicologia do esporte; fenomenologia; natação; performance; conflitos.

ABSTRACT

SPORT GOALS AND PSYCHOLOGICAL CONFLICTS IN ELITE SWIMMERS: THE PHENOMENOLOGY AS INTERVENTION PROPOSAL BY MEANS OF A CASE STUDY

Author: JOÃO CARLOS TEIXEIRA DE SOUZA BARROS

Adviser: Prof. Dr. DANTE DE ROSE JÚNIOR

The proposal of this study was to investigate the use of a diagnostic form and sports psychological intervention in a high level female swimmer who showed, for no apparent reason, conflicts related to the sport goals after a significant technical result. The athlete could not break her own record, although she had had good performance in training sessions for two and half seasons. The swimmer showed competitive apathy, which was not suitable for her athletic background. To accomplish this case of study, the basis of the existential phenomenology, transferred from philosophy to psychology, was found to be an effective support for the understanding and comprehension of the experiences gone through the athlete as they occurred. The attempt to remain in psychologically significant situations from special moments, as great results from the competitive sports are characterized, can seize and block the development and even the continuity of the sport practice in high level performances. In this study such psychological attitudes were characterized as sports goals syndrome with retroactive projections. The propositions that look for further interpretative ways within sports psychology aiming at the understanding of athletes and the phenomenological provocation showed to be possible in the sports area as an attitude that involves the centralization in the existing person and emphasizes the

human being as emergent and in evolution. The results showed that the sports goals must be constantly observed and reorganized along the development of the sports carrier in order to occur the conformity of the technical, physical, tactical and psychological variables that form the training programs, and mainly the competitive moments. By the comprehension of saying goodbye to significant results, the swimmer showed motivational possibilities taken to new achievements.

Key words: sport psychology; phenomenology; swimming; performance; conflicts.

1 INTRODUÇÃO

Atuar no esporte de alto rendimento significa, nos dias de hoje, adentrar no mundo das ciências aplicadas pela busca da mais alta eficácia psicofisiológica humana. O fenômeno denominado esporte moderno, tem, na alta competição, um forte apelo de entretenimento cujo aporte de recursos econômicos, pela busca da superação dos recordes, requer um respaldo técnico especializado para a compreensão dos limites do homem nessas atividades, garantindo, dessa forma, o retorno não só dos investimentos, mas de todo um contexto espetável.

Anseios de todas as ordens cercam os grandes eventos esportivos, gerando, como consequência das performances¹ dos atletas, altos níveis de satisfação aos vitoriosos e frustração aos perdedores.

Essa bipolaridade comportamental, por vezes paralisa nações que elegem e depositam nos seus representantes reações emocionais das mais diversas, tal a envolvimento dessa manifestação chamada esporte.

A psicologia, ciência que busca a compreensão das ações humanas, encontra no ambiente esportivo uma ampla possibilidade de leituras para o entendimento do homem atleta, envolvido com os seus limites psicofisiológicos.

Dentre as atividades classificadas como olímpicas, cuja representação nessas ocasiões simboliza o esplendor das performances, figura a natação. Atividade cíclica com histórico apelo competitivo, permite que indivíduos, muito jovens, iniciem-se em disputas, ainda nos primeiros momentos do aperfeiçoamento das braçadas.

Nas competições de natação, em seus mais diferentes níveis técnicos, ficam evidentes várias manifestações emocionais relacionadas com a atividade competitiva, tanto pelos praticantes, como também por parte de todos aqueles que compõem o ambiente competitivo aquático desportivo, formado pelas torcidas, pais, dirigentes, torcedores, imprensa, patrocinadores, dentre outros.

A competição esportiva mobiliza os aspectos psíquicos dos indivíduos, podendo os níveis de ansiedade e estresse, quando ultrapassam os limiares de controle, ultrapassarem os limiares do equilíbrio e interferir não somente nos

resultados esportivos, como também na saúde mental dos praticantes, independentemente do seu nível técnico e faixa etária.

O esporte tem na competição um momento único, para o qual os atletas são preparados por anos sob abstinências diversas, buscando, nos resultados dos seus desempenhos, vivenciar intensamente os momentos de glória. Persistentes, retornam por vezes, na tentativa da obtenção dos louros destinados aos vencedores. Muitos esmorecem ao longo da árdua trajetória, sem compreender as reais razões que motivam as interrupções das suas práticas, nesse restrito seguimento de excelências.

As emoções humanas, instância de difícil acesso e compreensão, vêm despertando considerável interesse no campo da pesquisa esportiva, uma vez que a mídia mostra, em tempos reais, ações e reações das mais diversas, quando, na autenticidade do jogo, ficam evidentes respostas psicológicas de todas as ordens.

Dentre as variáveis que compõem as performances esportivas, compete à psicologia observar e compreender o comportamento, agregando-se de forma autêntica e legítima às demais ciências, como bioquímica e biomecânica, responsáveis pelas qualidades energéticas e pelos gestos técnicos, nessa ordem.

Longe ainda de uma compreensão prática plena, tal noviciado desse seguimento científico em nosso país, a psicologia esportiva desperta como uma das últimas disciplinas a ser incorporada nas especialidades que assessoram os programas de treinamento, desde a formação dos atletas até as suas mais altas exigências da prática esportiva.

Competente ao seu papel, está uma das mais árduas tarefas dos programas de preparação esportiva: analisar e clarear o quanto de realidade existe nos Objetivos Esportivos (OE) propostos pelos atletas e técnicos.

Estipular metas esportivas reais talvez seja um dos aspectos mais complexos para os psicólogos esportivos junto às Comissões Técnicas (CT) e à figura principal do ambiente: o atleta. O objetivo esportivo, ao contrário de ser ponto

¹ "Performance é uma expressão de origem francesa, adotada e difundida na língua inglesa para indicar a realização eficaz e perfeita de uma habilidade desportiva ou de uma ação de jogo" (GRANELL & CERVERA, 2003, p. 9).

de chegada é ponto de partida, modulando, já no primeiro momento da sua estipulação, o comportamento do praticante e a estratégia de ação da CT.

Que razões e motivos levam indivíduos a se submeterem às altas cargas de intensidades diversas por anos a fio, em busca de destaque dentre os seus pares? Quais os “para quês” justificam as razões psicológicas do homem junto aos seus limites no ambiente das altas performances?

Trazer à luz da compreensão os fenômenos psíquicos da individualidade humana, requer um exercício de igual rigor tanto para o psicólogo como para os demais colegas especialistas que conjugam na construção de novos paradigmas que possam aproximar o desportista da sua realidade competitiva.

Buscar por algumas das respostas que evidenciem a singularidade psíquica dos nadadores no ambiente de alta competição, cujas resultantes podem interferir tanto de forma positiva como negativa nas performances, bem como na continuidade da prática e na qualidade da saúde dos praticantes, motivam esse trabalho de pesquisa no campo da psicologia voltada ao esporte.

Consciente, conforme CRITELLI (1996, p. 25) de que “não se sai em busca da compreensão de um fenômeno tentando aplicar sobre ele uma mesma resposta já sabida sobre o mesmo”, procurar-se-á apreender as vivências do indivíduo, mediante descrições, bem como suas projeções passadas, presentes e futuras, suas expectativas e toda a sua realidade em relação aos seus objetivos esportivos. Esta proposta de investigação é motivada e sabedora de que a escolha de um problema para estudos provém de grupos, comunidades e tradições nas quais o pesquisador também se move, onde por certo há questões a serem preenchidas (RUNKEL & McGRANTH, 1972). Essa curiosidade inquietante pela compreensão dos motivos e razões que suscitam as mais variadas, inesperadas, surpreendentes e não conclusivas reações humanas no campo, torna ainda mais fascinante o ambiente.

Para FEIJOO (2002), o pensamento expresso em palavras, pode ser um pensamento situado e preso às amarras da existência vivida. A psicologia, como ciência que interpreta as ações humanas, pode observá-las mediante várias abordagens e com os mais variados enfoques. Não significa, entretanto, ser menos sério, sem rigor ou metodológico. É um privilégio.

É justamente na compreensão das vivências que se amalgamam o comportamento, necessitando, portanto, de clareamento de todos os obstáculos que possam impedir a continuidade do desenvolvimento pleno da pessoa humana.

Novos conceitos, novas abordagens, contradições, hesitações e métodos diversos, por certo, advirão, na busca do entendimento dos fenômenos comportamentais próprios dos esportistas. Com essas referências, dá-se início à pesquisa, convicto da sua amplitude, complexidade e também dos desafios que a cercam, bem como a certeza instigadora e motivacional² de que ela não se esgotará.

2 JUSTIFICATIVA

O esporte competitivo de alta performance “per se” justifica-se em diferentes possibilidades de investigação, por envolver o indivíduo. O homem é singular e inconcluso. Possui características próprias, não podendo igualar-se a nenhum outro da sua própria espécie plenamente. Quando inserido em um ambiente, responderá aos estímulos pertinentes ao meio de forma própria.

A busca das razões e motivos que caracterizam determinados comportamentos quando o atleta está exposto às situações que potencializam ansiedade e estresse, justifica um olhar mais atento por parte daqueles que conduzem os programas esportivos.

O olhar singular e qualitativamente analisado, poderá trazer à luz uma série de conhecimentos com relação aos aspectos psicológicos dos esportistas, colaborando para uma compreensão ampliada sobre o ambiente competitivo, bem como sobre as reações dos praticantes nesse mesmo ambiente.

Essa conduta é reforçada quando DAWAR e HORN (1992) afirmam que os investigadores deveriam abandonar a crença de que existe somente um caminho legítimo de conhecimento na psicologia esportiva e começar entender que é possível e desejável examinar o comportamento por diferentes caminhos.

² Diz-se de pesquisa qualitativa realizada com pequenos grupos e destinada a tentar descobrir as motivações inconscientes do consumidor (FERREIRA, 1998).

A complexidade em relação aos aspectos psicológicos dos indivíduos, fez com que VEALEY (1992) e WHELANS, MAYERS e BERMAN (1995) chamassem atenção para as metodologias utilizadas nas pesquisas psicológicas na área esportiva, de modo que todas as investigações, com um único indivíduo ou em grupo, relatem o mais específico possível os caminhos percorridos na investigação.

Esses conhecimentos são essenciais para educadores, professores de educação física, treinadores, psicólogos esportivos e todo o conjunto de agentes que compõem as Comissões Técnicas necessárias para o desenvolvimento das práticas esportivas do alto rendimento, bem como para a ampliação do espaço da psicologia no esporte nacional, seja na forma de pesquisa, seja no campo da prática.

2.1 O processo de intervenção

Além do interesse de investigar os aspectos psicológicos relacionados aos conflitos de objetivos, também nos preocupamos com o processo de intervenção. Não se justificaria a detecção das questões psicológicas que podem aprisionar e impedir o desenvolvimento de pessoas, sejam atletas ou não, somente com o intuito de coletar dados para a organização de um trabalho científico. As questões teóricas, ao nosso entender, devem ampliar as práticas. Procurarmos nesse estudo, compatibilizar as duas propostas.

2.2 A prática da intervenção

A entrevista psicológica caracteriza-se como um processo de intervenção uma vez que ela fundamenta o método clínico em psicologia (BLEGER, 1980). Os relatos das vivências ocorridos nesse estudo foram pontuados, firmando, deste modo, a contextura do entendimento.

Por não se tratar de uma simples coleta de dados, como nas entrevistas comuns, o processo técnico de intervenção, teve seu início a partir dos primeiros momentos, após ficarem estabelecidos e compreendidos os propósitos dessa investigação, principalmente por parte do sujeito que norteia esse estudo de caso.

3 QUESTÕES QUE ORIENTAM O ESTUDO

Em função da complexidade que envolve a variável psicológica no ambiente esportivo, seja nos treinamentos, seja, principalmente, nas competições, inúmeras questões poderiam ser levantadas e abordadas sob tal enfoque. Isso tornaria um único trabalho inviável. Multiformes, os aspectos psicológicos dos atletas, nas suas práticas das altas performances, quando propostos às pesquisas, devem ser pontuais para que não se percam as referências e a fidedignidade, tal a amplitude do psiquismo humano.

A seleção dessas questões que orientam o estudo, estão relacionadas aos interesses científicos e às experiências do pesquisador, junto à modalidade natação.

Definiram-se, portanto, como objeto principal de investigação, as referências:

1. Quais os motivos psicológicos que levam um(a) nadador(a) que, com o passar dos anos, mesmo estando melhor treinado(a), não repete nem melhora as performances apresentadas nas sessões de treinamento, quando em competições de alto nível técnico?
2. Existe coerência e cognição entre discurso e atitude comportamental nos treinamentos e nas competições alvos, em relação aos objetivos propostos pelo praticante?
3. Resultados esportivos excepcionais obtidos podem restringir psicologicamente a evolução das performances, aprisionando os nadadores em tais conquistas?

4 OBJETIVOS

Verificar a viabilidade da utilização de uma conduta de diagnóstico e intervenção psicológica em uma atleta de alto nível técnico na modalidade natação que apresenta um quadro de conflitos em relação aos objetivos esportivos, identificando-os e categorizando-os, cujas resultantes podem refletir negativamente nas performances quando em eventos competitivos de alto rendimento.

5 REVISÃO DE LITERATURA

Inúmeros estudos têm sido realizados com o objetivo de investigar a variável psicológica que compõe as apresentações dos atletas no ambiente de alto nível competitivo. Considerando que o caminho de acesso à compreensão da psique pode ser conduzido por várias abordagens psicológicas e com os mais variados enfoques, procurou-se por referências que possam estar estruturando a conduta neste estudo.

5.1 O esporte competitivo de alta performance

A competição é um processo de comparação onde ocorre uma auto-avaliação das próprias habilidades em relação aos concorrentes. A melhora das habilidades competitivas, encontra nos programas de treinamento o elemento essencial por meio do qual se pode interpretar e entender as performances humanas. É no ambiente dos treinamentos e no das competições que ocorrerá a edificação e os avanços técnicos necessários ao desenvolvimento do esporte moderno (ARNHEIM & PRENTICE, 2002; RAPOSO, 1994).

O jogo entre adversários pela busca do melhor leva os praticantes, treinadores, pesquisadores e dirigentes à procura permanente da superação dos limites humanos. Nos eventos esportivos em níveis técnicos máximos, como os Campeonatos Mundiais e os Jogos Olímpicos, observa-se uma estreita semelhança nos resultados desportivos. Os desempenhos são muito próximos, evidenciando que a capacidade de treinabilidade dos atletas de elite busca, nos detalhes, às pequenas diferenças que poderão determinar quem será o vencedor (FEIJÓ, 1998).

Dessa forma, o ambiente esportivo de excelência oferece um campo rico de ações dinâmicas, onde as teorias científicas e as práticas fundem-se para a construção, observação e aferição dos resultados. Várias ciências vêm, assim, contribuindo de maneira idônea para a superação humana no campo esportivo (GRANELL & CERVERA, 2003).

BARBANTI (1983) refere-se, num sentido bem estrito, ao treinamento desportivo, onde a preparação de atletas volta-se para o desenvolvimento técnico,

físico, tático, psicológico e intelectual dos mesmos, mediante exercícios físicos, cujos praticantes devem suportar cargas elevadas de treinamento para que ocorram adaptações físicas e psicológicas às demandas exigidas nas competições e/ou jogos.

Para essas aferições, protocolos dos mais diversos são utilizados pelas ciências que compõem os programas do treinamento esportivo moderno. Este conjunto de variáveis que estruturam os programas de preparação atlética, utilizam procedimentos técnico-científicos embasados em fundamentações teóricas para o controle de qualidade.

OLBRECHT (2000) observa esses conceitos efetivando-se, no momento em que os programas de treinamento são planejados, monitorados e os desempenhos nas competições são avaliados, não somente pelos seus tempos finais (performances competitivas), mas por todos os componentes técnicos e estratégias necessárias para tais feitos.

VERKHOSHANSKI (2001) refere-se aos resultados do confronto esportivo, como dependentes de exigências de qualidade, estabilidade e segurança de alto nível técnico e tático, preparação moral, volitiva e estabilidade psicológica dos atletas durante as competições.

A prática esportiva em níveis de excelência, traduz a somatória de contribuição científica processada constantemente, em cujos detalhes residirão os resultados.

5.2 A natação como modalidade competitiva de alta performance

Como modalidade cíclica de formação de médio e longo prazo, cujos praticantes dependem do desenvolvimento das variáveis técnicas, táticas, fisiológicas e psicológicas, a natação enquadra-se no conceito de McPHERSON, CURTIS e LOY (1989) e GRANEL e CERVERA (2003) que descreveram o esporte como uma atividade competitiva que envolve esforços físicos vigorosos e o uso de certas habilidades motoras, relativamente complexas, que requerem desenvolvimentos sistemáticos.

Em se tratando de prática esportiva de alto rendimento, a modalidade natação determina suas bases de desenvolvimento nos aspectos técnicos, situados

nos movimentos biomecânicos dos quatro nados oficiais regulamentados pela FINA; nos aspectos táticos, onde seus praticantes utilizam estratégias que permitam distribuir sua performance ao longo das provas; nos aspectos fisiológicos, cujos treinamentos buscam por uma amplitude bioenergética para carrear o máximo de energia aos músculos envolvidos nos movimentos técnicos; e, por fim, nos aspectos psicológicos, cujo desenvolvimento permitirá que o nadador ou nadadora suporte altas cargas de estresse que envolvem os programas de treinamento, bem como as demandas emocionais situadas no ambiente competitivo (COUNSILMAN, 1977; MAGLISCHO, 1993, 2003; NAVARRO, ARELLANO, CARNEIRO & GOSÁLVEZ, 1990; OLBRECHT, 2000; PLATONOV & FESSENKO, 1994; WILKE & MADSEN, 1986).

A natação competitiva realizada em piscinas com extensões de 25 metros e 50 metros por homens e mulheres, tem suas marcas e recordes aferidos por tempo cronometrado em minutos, segundos e centésimos de segundos nas distâncias que variam de 50 a 1500 metros, dependendo das formas oficiais de deslocamento aquático (livre, costas, borboleta e peito) nadados na forma individual ou de revezamento. Estes compostos por quatro atletas do mesmo gênero.

O QUADRO 1 demonstra as distâncias em metros e as formas gestuais, denominadas de nados oficiais, percorridas pelos nadadores nas provas individuais e de revezamentos por homens e mulheres em piscinas de 50 metros de extensão.

QUADRO 1 – Distâncias e nados oficiais para ambos os sexos percorridas em piscinas de 50 metros com recordes mundiais homologados pela FINA

Distâncias	Livre	Costas	Peito	Borboleta	Medley
50 metros	X	X	x	x	
100 metros	X	X	x	x	
200 metros	X	X	x	x	x
400 metros	X				x
800 metros	X				
1500 metros	X				
4x100 metros	X				
4x200 metros	X				
4x100 metros					x

Fonte: FINA 2000/2004

O desenvolvimento de um nadador de alta performance para os níveis mundiais e olímpicos requer um trabalho sistemático de médio a longo prazo, situado num período de seis a 16 anos. Os programas de treinamento evidenciam-se como peça de ciência aplicada, cuja chave para um possível sucesso não está situada tão somente nos treinamentos de altas intensidades e nas vastas quilometragens (WILKE & MADSEN, 1986).

SMITH, NORRIS e HOGG (2002) referem-se à natação competitiva como uma proposição de desenvolvimento de indivíduos talentosos nos seus aspectos técnicos e amparados no condicionamento fisiológico para obterem altos níveis de performances consistentes em eliminatórias, semi-finais e finais, quando assim solicitados, necessitando, para tanto, de um ambiente controlado que oportunize condições favoráveis para o desenvolvimento pleno do praticante.

Para estes mesmos autores, técnica e condicionamento físico estão respaldados por uma sólida base psicológica, tática apropriada e saúde corporal.

Para o entendimento da variável psicológica que compõe os programas de treinamentos, escopo central desse trabalho, é necessário uma incursão pelo psiquismo humano.

5.3 Aspectos psicológicos e o ambiente de alta performance esportiva

O ambiente esportivo, ao amoldar-se como um gerador de ansiedade elevada, pode propiciar interferências negativas no desempenho atlético. Neste sentido, pesquisadores têm focado a ansiedade e a sua relação com o resultado esportivo como um dos principais temas de estudos do ambiente competitivo do esporte (HACKFORT & SPIELBERGER, 1989; HARDY, 1990; MARTENS, VEALEY & BURTON, 1990; SMITH, 1986, 1988)

TUBINO (1979, p. 100) afirma que “cada ser humano possui uma estrutura física e uma formação psíquica própria, o que obriga o estabelecimento de diferentes tipos de condicionamento para um processo de preparação desportiva que obedeça as características físicas e psíquicas individuais dos atletas”.

Essas afirmações encontram sentido, em se tratando da variável psicológica, num dos mais talentosos atletas da modalidade natação de seu tempo: o

atleta norte-americano Mark Spitz. Detentor de sete medalhas de ouro em 1972 nos Jogos Olímpicos de Munique, afirmou naquela ocasião que “neste nível de execução física, a diferença entre ganhar e perder é, em cerca de 99 por cento, de aspecto psicológico” (WILLIAMS, 1991).

Para LOCKE e LATHAM (1985), muitos treinadores e atletas creditam o sucesso nas competições esportivas não só às habilidades onde estão incluídas a força e o vigor, mas também aos aspectos psicológicos, cujas motivações atingem em grande magnitude a atitude mental, a confiança e a auto-eficácia dos praticantes.

Essas idéias coadunam com as de CRATTY (1984) quando acompanhamos o seu pensamento no sentido de que, embora os atletas possam apresentar semelhanças, seus talentos, emoções e sentimentos durante as atuações, surgem como uma verdadeira complexidade individual, onde variáveis externas e internas estarão intervindo diretamente de forma positiva ou negativa, nos resultados dos indivíduos, dependendo de como os mesmos interpretam o meio.

Ao longo de um programa de preparação com intensidades de esforços variáveis, não só os aspectos fisiológicos passam por adaptações. As adequações psicológicas devem ser observadas com a mesma magnitude (MAGLISCHO, 1993, 2003; OLBRECHET, 2000).

Essas adaptações orgânicas motivadas pelo treinamento desportivo solicitam dos atletas altas complexidades coordenativas e tensões psíquicas por ocasião das execuções desses estímulos (MATVÉEV, 1983).

GORBUNOV (1988) cita que a competição de alta performance é um processo permanente de superação onde teoria, prática, ciência e arte estão entrelaçadas de forma muito íntima, cujos detalhes para a compreensão do fenômeno esporte requerem análises cuidadosas, sob pena de serem incompreendidos.

Segundo esse mesmo autor, nem sempre é possível uma explicação científica rigorosa e definida para a vitória desportiva.

É justamente esta complexidade suscitada no campo esportivo que levou LESYK (1998) a focar as atuações da psicologia, para o entendimento das possíveis desordens psicológicas que podem acometer os atletas como qualquer outro ser humano.

Os aspectos psicológicos que intervêm tanto positiva como negativamente nas práticas e resultados esportivos, não se esgotam no momento em que são detectados e quantificados. A compreensão desse universo invoca o grande desafio do psicólogo que pretende transitar no campo dos esportes. Ir às origens das questões, sem apriorismos que possam estar interferindo na interpretação das essências que motivam determinados comportamentos emocionais dos atletas, requer uma postura do ouvinte.

Aliar observações de campo, compreendidas entre as sessões de treinamentos e as competições, interagir com os atletas e com as comissões técnicas, tanto nas formas individuais ou de grupos, somar os embasamentos científicos, tanto da psicologia como os da metodologia do treinamento, requerem esforço e atenção contínua para que o psicólogo possa atuar de forma clara e dentro dos seus limites.

Esse apelo paradigmático motivou o delineamento deste estudo na busca pelo dizer interior do atleta de natação. Como atua e o que ocorre quando apresenta um comportamento competitivo aquém daquilo que verbaliza como sendo de suas intenções, são questões permanentes ao longo de toda essa proposta de estudo.

De outra forma, pode-se compreender o papel da psicologia como um importante suporte no auxílio do desenvolvimento das habilidades psicológicas, necessárias para o desempenho considerado como ótimo pelos atletas e pelos seus treinadores. Ao longo das suas carreiras, várias serão as demandas.

Observa-se, por exemplo, que as expectativas negativas com relação ao resultado esportivo, os chamados pensamentos negativos (MARTENS, 1987), podem elevar o nível de ansiedade a tal ponto que resultará em fortes reações fisiológicas, intervenientes nas performances. Estas reações, ainda segundo este autor, caracterizam-se como ansiedades cognitivas e somáticas. A primeira está relacionada com a auto-avaliação negativa. A segunda é expressa mediante sensações e alterações fisiológicas, como o aumento da sudorese, taquicardias e tensões musculares, dentre outras.

Esses efeitos podem ser duradouros e extrapolar para outros setores da vida do sujeito (BRUSTTAD, 1992; CRATTY, 1984; MALINA, 1988; DE ROSE JÚNIOR, 1992; SIMÕES & DE ROSE JÚNIOR, 1999; WEINBERG & GOULD, 2001).

WILLIAMS (1991) observa um interesse crescente em compreender os aspectos mentais envolvidos nas execuções esportivas, responsáveis pelas alterações psicofisiológicas. Dessa forma, segundo esse autor, é possível conduzir o treinamento de preparação para as competições de forma mais eficiente.

Para uma compreensão ampla e plena, a utilização de métodos pertinentes à psicologia poderá dar o suporte necessário ao entendimento do sujeito-atleta em todas as suas demandas psicológicas relativas ao ambiente esportivo, seja nos treinamentos preparatórios, seja, principalmente, no ambiente competitivo.

Alguns dos aspectos do comportamento humano como as emoções, não são passíveis de quantificação, em muitas ocasiões, observam BIDDLE, MARKLAND, GILBOURNE, CHATZISARANTIS e SPARKES (2001). Para PEREIRA (2001), essas manifestações excedem o escopo das representações numéricas e das premissas aritméticas, cabendo à análise qualitativa normatizar e conferir desta forma, um caráter objetivo à observação. Por essa perspectiva, muitas das respostas dos aspectos psicológicos dos atletas, complexo pela sua magnitude, não são respondidas unicamente pelo método quantitativo.

DAWAR e HORN (1992) consideram que os investigadores deveriam abandonar a crença de que existe um caminho legítimo de conhecimento na psicologia esportiva e começar entender que é possível e desejável examinar o comportamento por diferentes caminhos.

RAPOSO (1994) refere-se à criatividade científica como uma constante adaptação dos conhecimentos científicos pré-existentes, reaplicados em outros domínios do contexto científico.

DALE (1996) comenta que psicólogos no campo esportivo estão sendo motivados e encorajados à consideração de paradigmas alternativos que observam nas experiências subjetivas dos atletas, um viável recurso de informações.

5.4 Objetivos Esportivos: complexidade e implicações psicológicas nos programas de treinamento e nas performances competitivas

O estabelecimento de objetivos esportivos não difere de outras atividades humanas que buscam por resultados dentro de um limites de tempo pré-estabelecido.

As técnicas para o estabelecimento de objetivos advêm da área da psicologia ligada às indústrias e organizações laborais. Vasto estudo dedicado a esse campo, com alguns exemplos correlacionados nos trabalhos de CERRONE, JIWANI & WOOD, 1991; EARLEY & LITUCHY, 1991; LOCKE, FREDERICK, LEE & BOBCO, 1984; LOCKE & LATHAM, 1985; LOCKE, 1991; LOCKE, SHAW, SAARI & LATHAM, 1991.

No campo da psicologia esportiva, esse tema tem chamado atenção, nos anos recentes, de pesquisadores e treinadores que observam no estabelecimento dos objetivos esportivos, um importante referencial para o desenvolvimento dos programas preparatórios.

A indissociabilidade entre o estabelecimento de objetivos e as melhoras das performances esportivas, transformam o tema em uma ampla possibilidade de leituras pela busca do entendimento de como se estabelecer, de forma clara e precisa, as condutas necessárias para que o atleta racionalize suas energias da melhor forma possível quando pela busca de novas marcas, conforme (WILLIAMS, 1991).

Uma questão focal relevante ao tema OE reporta-se aos conflitos psicológicos como advindos de um estado confusional por parte dos atletas. Estes quando não possuem clareza sobre determinados comportamentos que os assolam, desenvolvem estados confusionais que podem interferir negativamente nos resultados técnicos competitivos.

Os OE delineiam os aspectos comportamentais dos praticantes, tanto para as sessões de treinamento como para as competições, podendo, de forma significativa, influenciar positiva ou negativamente nos resultados. Em se tratando de influências negativas, um dos principais papéis da psicologia é detectá-las mediante diagnóstico com a máxima precisão possível, propondo alternativas de intervenção que auxiliem os atletas reverterem essas mesmas condutas ou quadros, de forma objetiva.

BANDURA (1977, 1986, 1990) observa que para o entendimento dos métodos utilizados para a modificação dos fenômenos comportamentais, necessariamente deve-se compreender, inicialmente, as teorias onde estão os fundamentos da personalidade. A psicologia trilha por várias escolas teóricas, todas

procurando pelo melhor entendimento do comportamento humano. Para esse autor, o comportamento do indivíduo que em sentido amplo inclui expressões cognitivas, emocionais e motoras, constitui a única classe de eventos que podem ser alterados por meio de procedimentos psicológicos, tendo na psicoterapia um método de intervenção.

Os OE, normalmente, não são apresentados claramente num primeiro momento, o que pode resultar na construção de programas de treinamentos e expectativas competitivas irrealistas, onde em muitas situações, os desejos, ilusões e preferências pessoais dos agentes intervenientes significativos, formado pelo conjunto dos treinadores, pais, dirigentes e outros, podem assumir um caráter de primazia em detrimento das necessidades reais e prioritárias dos atletas. Os atletas caracterizam-se como elementos depositários das ansiedades do seu entorno, independente das suas faixas etárias e realidades técnico-desportivas. Esse fenômeno fica evidente quando observamos competições de todos os níveis, focando o comportamento de todos os integrantes que rodeiam os atletas, sejam eles mirins ou profissionais.

Os objetivos não delineiam somente a orientação dos procedimentos, mas assumem, inclusive, importante função avaliadora dos comportamentos dos executantes ao longo das suas carreiras (BANDURA & CERVONE, 1983).

ELLITT e MESTER (2000) determinam o estabelecimento de objetivos no esporte como uma importante peça assessória no suporte aos atletas com referência à auto-confiança, satisfação, motivação, persistência, controle dos níveis ideais de ansiedade, efetivação do foco de atenção, mobilização dos esforços e estratégias para execução e toda uma rede complexa de referências para os desportistas.

Esses autores observam, entretanto, a necessidade da ampliação das pesquisas na relação entre Objetivos Esportivos e performance. Citam, inclusive, a importância de os pesquisadores “examinarem quais objetivos seriam mais apropriados para pessoas com diferentes personalidades e estilos motivacionais”, ELLITT e MESTER (2000, p. 117).

GOULD (1991) e GOULD e EKLUND (1991) comentam que o estabelecimento de objetivos intervém diretamente no desempenho, pois pode criar mudanças positivas em relação à ansiedade, à confiança e à motivação.

Partindo dessas referências, enfocamos o estabelecimento dos objetivos esportivos não como um ponto de chegada. Os objetivos esportivos se caracterizam como ponto de partida, pois devem compatibilizar discurso, cognição e ação efetiva, onde metas intermediárias criam referências para a construção do objetivo principal.

A especificação de objetivos no esporte, assume importância central no desenvolvimento e execução de programas de treinamento que implicarão, necessariamente, na mudança de comportamentos e atitudes não só por parte dos atletas mas, por vezes, de toda a CT.

Cita BANDURA (1977) que, freqüentemente, os objetivos principais dos empreendimentos de mudança social não são apresentados claramente. Essa falta de clareza de propósitos, pode resultar na permanência de programas sem direção ou oferecendo experiências de aprendizagem selecionadas de modo furtivo, principalmente quando partem das preferências pessoais dos agentes de mudança (dirigentes, pais, treinadores, etc.) e não das necessidades específicas dos receptores (atletas). Para esse autor, ao se estabelecer objetivos de modo convencional, deve-se, pelo menos, conhecer, especificar e descrever os comportamentos considerados básicos, apropriados aos resultados desejados.

Em se tratando de natação competitiva, observamos como prioritário, tanto para o entendimento como para a verificação da realidade do discurso, o quanto existe de conhecimento relacionado com o ambiente para o qual se reporta o executante na sua formulação de objetivos esportivos, bem como a compatibilidade real de intenções da Comissão Técnica (CT) e, principalmente, dos atletas.

Treinadores e psicólogos do esporte devem ter conhecimento do ambiente competitivo para onde serão canalizadas as energias, tanto fisiológicas como psíquicas do programa de treinamento. O estabelecimento dos objetivos deve estar coerente não somente em relação às capacidades técnicas, mas também em relação ao comportamento e atitudes competitivas dos executantes, para que não se alimente um discurso distante da realidade. O executante deve estar o mais consciente possível da realidade que encontrará na competição alvo ou principal, na qual estará participando no futuro. Essa postura de coerência realística deve ser objeto permanente de aferição por parte da Comissão Técnica. Um dos papéis do

psicólogo no campo esportivo é auxiliar nesse sentido, desde que o mesmo conheça o ambiente ao qual todos estarão se conduzindo.

BANDURA (1990) observa que o comportamento é expresso em sentido amplo, por incluir um complexo de atividades observáveis e que potencialmente algumas dessas manifestações podem ser mensuráveis, cobrindo classes de respostas motoras, cognitivas, fisiológicas e psicológicas.

Essas manifestações, conforme descrições anteriores, serão possibilitadas desde que se tenha um referencial concreto para a construção dos parâmetros comparativos.

No caso da psicologia no campo esportivo, a construção dos parâmetros para análise da realidade dos objetivos esportivos propostos, será edificada mediante cruzamento da coerência e realidade do discurso do atleta, atitude competitiva nos eventos preparatórios e o seu grau de entendimento em relação ao ambiente competitivo que ele encontrará no evento para o qual são direcionadas suas intenções futuras.

Além de descrever os comportamentos que refletem as metas escolhidas, os objetivos esportivos devem, constantemente, estar sob análise qualitativa para as aferições e correções necessárias no comportamento que conduz o atleta à realidade futura, em se tratando de comportamento competitivo.

A definição comportamental dos objetivos não fornece somente orientação na seleção dos procedimentos apropriados. Desempenha, inclusive, importante função avaliadora.

Embora a especificação dos OE forneça orientações que permitirão as mudanças e adaptações necessárias às realidades futuras, o progresso diário é dependente da definição de metas intermediárias e das experiências de aprendizagem necessárias à sua consecução. Somatórias de experiências vivenciadas vão construindo importantes referências aos atletas, muito embora sabe-se que a cada novo evento, uma também nova situação será vivenciada.

Uma formulação compreensiva de objetivos deverá, portanto, conter uma seqüência de metas intermediárias que conduzam gradualmente às posturas comportamentais mais complexas (CRATTY, 1984; WEINBERG & GOULD, 2001 WILLIAMS, 1991).

Logo, os OE devem estar coerentes com as possibilidades reais dos atletas em relação ao evento objetivado. O posicionamento do atleta no Ranking Técnico da modalidade poderá ser utilizado como uma amostra real da situação atlética do indivíduo.

As competições esportivas apresentam características técnicas diferenciadas nos seus aspectos técnicos, grau de importância, repercussão social, política, etc. Os OE devem observar todo o contexto.

5.5 Conflitos e crises psicológicas relacionadas aos objetivos esportivos

De origem grega, a palavra crise significa decisão (DANISH, PETIPAS & HALE, 1993).

FERREIRA (1998) cita que crise pode ser definida como um estado de dúvidas ou incertezas, manifestações violentas e repentina ruptura do equilíbrio psicofisiológico, tensão e/ou conflitos.

LAPLANCHE (1991, p. 89), em seu vocabulário de psicanálise, cita o conflito "quando, no sujeito, opõem-se exigências internas contrárias...o conflito pode ser manifesto (entre um desejo e uma exigência moral, por exemplo, ou entre dois sentimentos contraditórios) ou latente, podendo este exprimir-se de forma deformada no conflito manifesto e traduzir-se particularmente pela formação de sintomas, desordens do comportamento, perturbações do caráter, etc."

ERIKSON (1950, 1972) enfatiza a idéia de que os seres humanos apresentam um contínuo desenvolvimento psico-social do ego no curso de suas vidas. Os choques entre fracasso e sucesso gerarão crises, cujos conflitos atuarão como uma ponte de conexão para novos parâmetros de interação entre o indivíduo e o envolvimento social que se apresentará, em novas fases do curso de desenvolvimento emocional do indivíduo.

Esses pontos críticos no crescimento emocional humano são importantes, desde que, segundo esses autores, preparem mudanças qualitativas que tornarão possível às pessoas vivenciarem novos caminhos em suas vidas, preparando-as

para novos estágios, caracterizando, assim, um movimento contínuo no processo evolutivo.

Para FADIMAN e FRAGER (1986) e DABROWSKI (1996), a crise no desenvolvimento psicológico dos indivíduos pode ser importante para o psiquismo. Cita o segundo autor, ainda, que as crises são causadas pelas contradições entre o que a pessoa é e o que quer ou, mesmo, pretende ser.

Na psicologia do esporte, esse conceito tem sido usado, conforme STAMBULOVA (2000), para identificar situações relacionadas às quedas repentinas e/ou inconsistências nos resultados das performances, situações relacionadas às fases de transição nas carreiras, bem como situações das mais diversas que possam ameaçar a existência do desportista enquanto projetos de vida dentro da atividade. Observa, também, que a carreira esportiva dos atletas pode ser considerada com um “modelo condensado” ou um “curso miniaturizado” de um curto período de vida desses indivíduos, normalmente vivenciado de forma muito intensa. Para a autora, entretanto, o conceito de crise pode ser usado produtivamente no estudo das carreiras esportivas e nas intervenções psicológicas em esportistas.

Recorrente, esse tema encontra respaldo nos trabalhos de vários autores, como SCHLOSSBERG (1981), BAILLIE e DANISH (1992), DANISH, PETIPAS e HALE (1993), SINCLAIR e ORLICK (1993), TAYLOR e OGILVIE (1994) STAMBULOVA (1994,1995).

Observando as definições anteriores, pode-se concluir que situações de conflitos internos, sintetizadas como crises, no ambiente esportivo competitivo, podem ser estudadas mediante relatos e observações das performances, em situações dinâmicas, tais como: (1) queda ou inconsistência repentina nos resultados; (2) desinteresse pela atividade e em (3) situações de conflitos em geral.

A psicologia esportiva ao analisar as situações de crises dos atletas, deve considerar a origem dos motivos que fomentam tais situações e não se situar, e tão somente, como normalmente acontece, nas discussões superficiais que influenciam os processos psicológicos adaptativos às situações existentes no ambiente competitivo. Com a aproximação dos eventos objetivados, os níveis de ansiedade são potencializados no ambiente como um todo. Nesse período, os OE assumem importante papel regulador, cuja clareza de propósitos passará a balizar o

comportamento do atleta, mantendo-o no foco necessário para a execução ideal do seu papel, quando no campo do confronto.

Na natação, um dos momentos críticos nos programas de treinamentos é denominado polimento. O tapering³, como é chamado pela escola americana, conduzida historicamente, em nível mundial, pelo lendário treinador James Counsilman (1921-2004), constitui um dos períodos mais críticos em todos os programas de treinamentos, ao longo da carreira esportiva dos nadadores. Nesses momentos especiais de transições para os aprontos finais competitivos dos nadadores, os OE assumem papel relevante de esteio não somente para os aspectos psicológicos, mas também para as demais variáveis que compõem o programa de preparação.

A não clareza e a inabilidade para resolver esses conflitos internos geram estresse negativo ou outras formas de desconfortos emocionais, típicos nesses processos de crises, muitos deles potencializados pelas fases distintas dos treinamentos, cujas cargas dos mesmos variam constantemente em volume e intensidade. Essas alterações nas metragens, velocidades e intensidades de nado propiciam as adaptações psicológicas e fisiológicas necessárias às performances competitivas, sendo, portanto, constantes nas sessões preparatórias. Essas situações, necessariamente, precisam ser previstas desde o início da programação.

Os objetivos esportivos assumem o papel fundamental de alicerce e equilíbrio emocional às demandas do meio, tornando-se referência condutora em todo o processo desportivo desde que cognato.

5.6 A síndrome de objetivos esportivos com projeções retroativas

Esse estudo tem como intenção observar, detectar, compreender e descrever um comportamento específico apresentado por indivíduos praticantes de natação em níveis competitivos de alto rendimento. Esse comportamento, com tal

³ Tapering é uma terminologia técnica utilizada na natação competitiva para designar a última fase dos programas de preparação, quando o atleta entra num período de descanso programado. Esse período pode durar de uma a três semanas que antecedem as competições principais, dependendo da metragem da prova a ser disputada (COUNSILMAN, 1977). No Brasil, utiliza-se o termo Polimento (Fonte: Diretoria Técnica da CBDA).

especificidade, será identificado nesse trabalho como: Síndrome⁴ de Objetivos Esportivos com Projeções Retroativas (SOEPR).

Esse termo procura descrever um comportamento psicológico do atleta, podendo ser inconsciente, cuja característica é que, embora tenha um discurso que projeta seus objetivos esportivos para o futuro, apresenta, na prática, um comportamento competitivo conduzido para performances tecnicamente expressivas, obtidas em temporadas passadas, numa tentativa de permanência, resgate ou mesmo retorno às situações vivenciadas.

Essa atitude comportamental pode interferir negativamente na formulação e na própria clareza dos objetivos esportivos, dentro da realidade necessária à aquisição de novos patamares de desempenhos, demonstrando que o envolvimento psicológico e emocional do atleta, com suas conquistas esportivas, pode aprisioná-lo e imobilizá-lo, impedindo, desta forma, a continuidade da sua evolução técnico-competitiva.

Como atitude psicológica que direciona o foco competitivo para ações passadas numa tentativa de resgate de situações significativas existenciais, pode conduzir o atleta para comportamentos competitivos defensivos inconscientes quando confrontado em situações no tempo presente. A interpretação do ambiente competitivo como ameaçador e a impossibilidade de retrocesso no tempo existencial podem gerar conflitos psicológicos intervenientes não só nos aspectos técnicos como também na própria permanência competitiva e na saúde mental do competidor.

Identificar os fatores que interferem na capacidade de concentração com conseqüentes resultantes de condutas, conduz naturalmente à busca dos fatores de fundo que motivam tais comportamentos.

As atitudes conflitantes dos atletas podem interferir nas suas relações com a equipe técnica, notadamente com o treinador, quando este estabelecer níveis de expectativas e projeções em relação às performances futuras. Nesse momento, para que os conflitos entre o atleta e o treinador não se acentue, colocando o programa de preparação em risco, os OE surgem como anteparo, desde que claros, realistas e compatíveis para ambos.

⁴ Uma síndrome é caracterizada por um estado mórbido apresentado por um conjunto de sinais e

As expectativas de resultados, normalmente, são baseadas nas performances demonstradas durante as sessões de treinamentos e competições preparatórias. Essas ocasiões, estrategicamente preparadas e previstas no início do programa, devem estar sintonizadas com os objetivos finais (longo prazo) e suas metas intermediárias (de curto e médio prazos) para que as contaminações nas comunicações entre o atleta e as demais pessoas das suas relações, sejam elas de dentro ou de fora do ambiente, não interfiram nos desempenhos.

Os objetivos esportivos motivam proposições e expectativas, muitas vezes acima ou abaixo da realidade, podendo gerar e potencializar conflitos comprometedores não só em relação às capacidades de execuções, como também em relação à carreira esportiva dos atletas (CHASE, LIRGG & FELTZ, 1997; HORN, 1991; RAPOSO, 1994; ROSENTHAL & JACOBSON, 1968; SOLOMON, STRIEGEL, ELIOT, HEON & MAAS, 1996; VEALEY, 1986, 1988, 1989, 1992).

Uma conduta comum que ocorre no estabelecimento de objetivos esportivos e que podem potencializar os níveis de ansiedades pré-competitivas e competitivas, é a centralização excessiva nos resultados esportivos. Essa atitude é denominada de Objetivos Esportivos de Resultado (OER), conforme MARTENS, CHRISTINA, HARVEY e SHARLEY (1981) e BURTON (1984). Esse posicionamento pode motivar o atleta à atitudes defensivas, quando percebe o ambiente competitivo ameaçador às suas intenções e à sua própria existência enquanto esportista. Os resultados esportivos somente ocorrem após as execuções esportivas. O foco excessivo nos resultados, pode afastar o atleta da auto-percepção necessária às execuções técnicas, para as quais está preparado.

Os resultados esportivos estão relacionados ao futuro, já que são obtidos somente após as execuções esportivas. Mecanismo defensivo psíquico, frente às ameaças, a ansiedade manifesta-se nas mais diferentes formas tais como as atitudes de fuga, defesa, apatia e fenômenos psicossomáticos onde as reações orgânicas, motivadas pelos aspectos psíquicos, desestabilizam fisiologicamente o indivíduo, provocando alterações que podem interferir na execução do gesto atlético. Por exemplo, podem ser apontadas como reações psicossomáticas o aumento da

tensão muscular que levará a alterações na mecânica dos movimentos, perda parcial da sensibilidade, sudorese, palidez, taquicardia, dentre outros.

Em se tratando de natação, cujo meio aquático requer dos nadadores um alto nível de sensibilidade e sintonia com o ambiente, essas reações podem interferir negativamente nos resultados.

Outra proposta para a formulação de objetivos esportivos, desses mesmos autores, reporta-se ao estabelecimento de metas centradas na execução da tarefa técnica da prova. São os Objetivos Esportivos de Execução (OEX), cujo foco estará centrado nos aspectos técnicos que o atleta domina e executa à exaustão nas sessões de treinamento. Os programas de treinamentos promovem adaptações das mais diversas. Os aspectos técnicos, táticos, fisiológicos e psicológicos são muitas vezes exauridos nas diferentes fases do programa. Durante a preparação, os atletas são levados para situações que simulam execuções muito próximas da realidade competitiva. Em várias ocasiões ultrapassam os limites dessa realidade. As sessões de treinos possibilitam uma preparação psicológica para o desconforto físico, como dores das mais diversas, normalmente sentidas e assimiladas pelos atletas quando estão nos limites das suas forças durante as competições.

A capacidade de superação e a clareza de que podem executar, assim como executaram nas sessões que os prepararam para tais momentos, é a única certeza e possibilidade de controle antes do início das provas. É o que o atleta tem de real. Ou seja, a capacidade de execução. Aí estão os Objetivos Esportivos de Execução. O foco, quando voltado para a tarefa, pode levar o atleta para um nível de melhor controle da situação e, como consequência, fazê-lo permanecer na consciência presente da situação.

Essa atitude de não saltar no futuro pode colaborar para que os níveis de ansiedade pré-competitiva e competitiva permaneçam nos patamares ideais. A atitude ofensiva, então, pode ser potencializada.

Da mesma forma que os objetivos esportivos podem ser focados para os resultados ou para as execuções das tarefas esportivas, podem ocorrer situações onde os atletas são motivados, conscientes ou não, para o estabelecimento de objetivos esportivos com o intuito de resgatar situações vivenciadas em execuções passadas. Essa tentativa de retorno ou mesmo na resistência de despedida desses

mesmos momentos, normalmente intensos em conteúdos emocionais satisfatórios, podem levar ao aprisionamento existencial do atleta. Essas situações normalmente interferem na evolução técnica, acentuam conflitos e inseguranças, resultando, com última instância, no abandono da prática esportiva na proposta competitiva.

Essa tentativa de retorno ou mesmo permanência emocional nas vivências esportivas, psicologicamente significativa em grande intensidade, será denominada, nesse trabalho, de: Síndrome de Objetivos Esportivos com Projeções Retroativas (SOEPR).

O momento esportivo é composto de interinidade, cujo momento de glória é vivenciado intensamente, com méritos, pelo atleta. Esses momentos especiais não podem e não devem permanecer como foco permanente.

O esporte competitivo vive de projeções futuras com reformulações e adaptações constantes de metas de curto, médio e longo prazos que compõem os objetivos como um todo.

Os resultados esportivos, sejam eles positivos ou negativos, formam a peça de experiências necessárias à construção de novas referências e motivações que vão impulsionar o praticante para novos desafios, como se formasse uma espiral ascendente. A tentativa de permanência, significa girar no mesmo plano, sem o movimento de ascensão.

A tentativa de permanência, retorno ou imobilidade nas situações vivenciadas, configuram-se como um impedimento para o desenvolvimento emocional do ser humano.

Como o ser humano é tendencioso psicologicamente para a extensão das situações prazerosas, no esporte essa situação é presente. O ambiente esportivo é vivenciado intensamente pelos atletas. Esses, em um determinado momento das suas vidas, o tem como a única referência de existência, enquanto indivíduos no mundo.

Ao atingirem níveis de excelência no esporte de alto rendimento, os atletas devem ser conduzidos a um novo redimensionamento psicológico frente aos objetivos esportivos. É o processo de readequação em todos os sentidos, das variáveis que compõem os programas de treinamentos.

Situações ameaçadoras ao "status quo" podem gerar manifestações de ordem psicológica das mais diversas, tais como: irritação e angústia com a perda de destaque no grupo, sensação ou perda real das atenções exclusivas e preferenciais das CTs, divisão de espaço na mídia, desmotivação e baixa alta estima, dentre outras. Muitas delas, inconscientes, necessitam de intervenção especializada para serem re-significadas, permitindo, desse modo, a continuidade da trajetória das escolhas do sujeito dentro das realidades presente e futura.

O ambiente competitivo permite leituras psicológicas diversas que serão manifestadas no formato de ansiedade. Quando o ambiente é interpretado como ameaçador a sua dimensão assume papéis ultra-dimensionados. Essa leitura pode ocorrer frente aos adversários, aos ambiente e ao público.

A FIGURA 1 procura esquematizar as duas tendências de atitudes competitivas dos atletas quando projetam suas metas com apelos para ações passadas e para ações futuras.

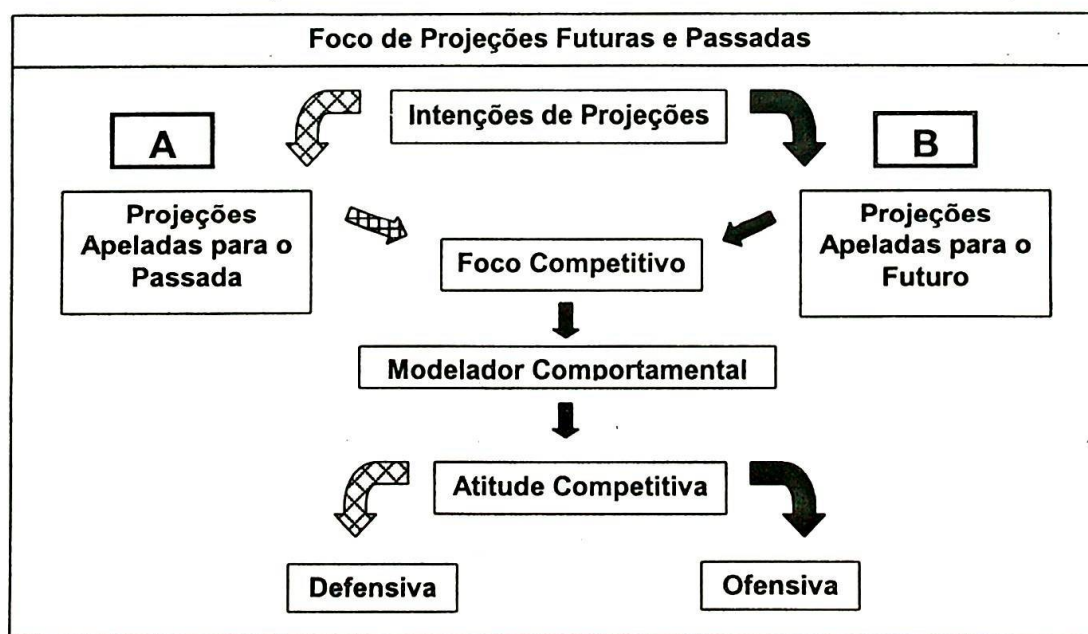



FIGURA 1 – Demonstrativo de comportamento resultante do foco esportivo centrado em projeções futuras e passadas

 **(A)** Tendência de projeção de Objetivos Esportivos voltados para performances Passadas, motivando atitudes competitivas defensivas.

 **(B)** Tendência de projeção de Objetivos Esportivos voltados para performances Futuras, motivando atitudes competitivas ofensivas.

As intenções de objetivos voltadas às performances obtidas no passado, representadas pelo seguimento (A), demonstram que a busca ou tentativa de retorno às ações vivenciadas, ou seja, resultados ou momentos esportivos psicologicamente significativos, podem conduzir o foco competitivo, que é um modelador comportamental, para atitudes competitivas defensivas, potencializando, dessa maneira, atitudes apáticas ou automatizadas sem a devida presença de consciência, onde o receio do fracasso assume altas dimensões com também altos níveis de ansiedade. A tentativa de retorno mostra o quanto o atleta está preso emocionalmente com as suas conquistas.

Esse aspecto emocional pode impedir o desenvolvimento e até mesmo a continuidade de prática do atleta, principalmente quando o mesmo assume uma relação com a competição sob forte sentimento de ameaça, não entendo, na maioria das vezes, as razões ou a origem de tais sentimentos e sensações.

Já nas intenções de objetivos voltados às projeções futuras dentro dos padrões técnicos de realidade, representados pelo seguimento (B), o foco competitivo quando se volta para a consciência das execuções técnicas, exaustivamente treinadas durante as fases de preparação, respaldam a confiança do executante. O foco na execução pode modelar o comportamento do atleta, conduzindo-o para atitudes competitivas ofensivas, motivando-o, inclusive, à combatividade. Os níveis de ansiedade, desta feita, podem ser canalizados a essas mesmas ações positivamente.

A análise desses objetivos pode ser feita através de uma abordagem fenomenológica que será o objeto de estudo desse trabalho.

5.7 A pesquisa fenomenológica na psicologia esportiva

DAWAR e HORN (1992) e DALE (1996) propõem uma ampliação dos caminhos interpretativos dentro da psicologia voltada para o esporte, objetivando a compreensão do atleta.

Partindo dessa referência, esse estudo buscará o entendimento de alguns fenômenos comportamentais de nadadores de alto rendimento, mediante uma leitura de psicologia fenomenológica.

Os fundamentos que delimitaram os estudos do filósofo alemão Edmundo Husserl (1859-1938), como a “busca das essências” ou o “retorno às coisas mesmas”, movem, inicialmente, a proposta investigativa dos conflitos psicológicos em relação aos objetivos esportivos em atletas de elite, na modalidade natação.

Essa proposta tem em HOLANDA (2001) uma referência considerável, quando o autor observa a importância e a necessidade do conhecimento mínimo sobre “filosofia fenomenológica” para que se possa, então, desenvolver a “psicologia fenomenológica”. Completa, ainda, esse autor que, caso esses cuidados não sejam observados, corre-se o risco de se fazer uma “colagem de perspectivas distintas”.

O objetivo do estudo em curso, todavia, não é adentrar pela complexidade da filosofia fenomenológica, pois estaria extrapolando o escopo dessa proposta de pesquisa.

A busca pela amplitude desses conhecimentos dos aspectos comportamentais dos atletas, motivou uma aproximação da fenomenologia desenvolvida pelo filósofo alemão Edmundo Husserl que, unida com a filosofia da existência proposta pelo dinamarquês Soren Kierkegaard, encontrou no também filósofo alemão Martin Heidegger a união dessas duas filosofias para a descrição das experiências dos indivíduos (VEALEY, KING & HALLING, 1989).

É nesse movimento de voltar às coisas mesmas, de ir ao encontro das essências duas expressões humanas, que podemos, via consciência, obter o caminho da intencionalidade (FORGHIERI, 1997; FRAGATA, 1962).

A fenomenologia busca pela compreensão de como o indivíduo existe no mundo, a cada instante, a cada momento, dentro da sua singularidade (CRITELLI, 1996).

AMATUZZI (1996) observa que a metodologia fenomenológica pode fundamentar as pesquisas empíricas da psicologia fenomenológica no campo da psicologia. Completa, citando como exemplo os trabalhos de GIORGI (1985), GOMES (1985, 1989, 1998) e FORGHIERI (1997).

FORGHIERI (1997, p. 34) cita que “para compreender a *expressão viva* de uma pessoa, é necessário tentar captar, intuitivamente, a sua vida, conforme é por ela própria vivida; ou, em outras palavras, é preciso procurar penetrar no existir da

pessoa, para descobrir, além das palavras e dos gestos, o sentido que se encontra contido na sua comunicação”.

Essa aproximação qualitativa de escuta (GIORGI, 1994) requer uma postura do pesquisador, no sentido de que ao distanciar-se dos seus próprios pré-conceitos, tenha um encontro autêntico com o seu interlocutor e assim acompanhá-lo no transcorrer das suas experiências vivenciadas.

É justamente na compreensão das vivências que o saber fenomenológico procura o caminho da intencionalidade das ações humanas. Do *ser-no-mundo* do sujeito entrevistado (FORGHIERI, 1997).

A fenomenologia busca na experiência a consciência relacional entre vivência e sujeito. Para apreender e compreender o sentido das vivências e possibilitá-las à consciência, é preciso uma escuta livre, desprendida. Um *com- versar-com* próximo e autêntico entre sujeito-atleta e pesquisador.

Esse afastamento das formas pré-conceituais, de julgamentos, valores e posturas pré-estabelecidas é o caminho pautado pela fenomenologia (GOMES, 1998). Segundo o autor, “será neste contexto que se introduzirá a entrevista como um convite à comunicação” (p.31).

GOMES (1998, p. 22) cita, ainda, nos seus estudos fenomenológicos de pesquisa em psicologia, que “as contribuições de estudos teóricos e experimentais são fundamentais para este avanço técnico da psicologia, desde que acompanhados de cuidadosa análise do que se toma por pressuposição de uma substância ou realidade e do que é factível de descrição sobre uma substância ou realidade”.

Estes estudos e a prática no dia-a-dia nas piscinas motivam o olhar na perspectiva fenomenológica como um importante e viável caminho, dentre tantos outros, de inegável significância na psicologia, para o entendimento das questões psíquicas que permeiam o ser atleta. Este contido num ser de inegável incomensurabilidade: *ser humano*.

Embora o fenômeno esporte envolva o atleta numa aura mítica, os desportistas existem na condição humana real. Essa humanidade deve ser observada criteriosamente no campo esportivo, pois é ela a condição de base do atleta.

MAY (1976, p. 13) observa que “nenhuma pessoa submeter-se-á ao doloroso processo de desvendar os níveis mais profundos de seus conflitos, suas angústias, seus anseios – não a uma outra pessoa, certamente, e raramente a si mesma - a não ser que por esse processo ela tenha alguma esperança de superar seus bloqueios e aliviar o seu sofrimento”.

Nesse sentido, para a aproximação investigativa dos conflitos psicológicos relacionados aos Objetivos Esportivos no ambiente de alta competição, deve-se optar por um caminho claro e demarcado para que o pesquisador não perca o destino, observe suas próprias ansiedades e, principalmente, não salte no futuro do atleta.

Para MAY (1976, p. 16), “a ênfase existencialista em psicologia não nega a validade do condicionamento, a formulação de impulso, o estudo de mecanismos individualizados, e assim por diante”.

O Existencialismo surge não como um sistema ou método, mas como uma atitude que envolve a centralização na pessoa existente e enfatiza o ser humano como emergente, em evolução, ainda segundo esse autor.

5.7.1 A redução fenomenológica e a análise interpretativa das entrevistas

Para FORGHIERI (1997), a redução fenomenológica acontece como um processo dinâmico, que leva o pesquisador a se envolver com a vivência investigada. Segundo a autora, esse procedimento, denominado de “envolvimento existencial”, permitirá a apreensão das vivências do indivíduo em toda a sua autenticidade. Ao afastar-se para compreender e refletir sobre o vivido, estará no movimento denominado de “distanciamento reflexivo”.

CARVALHO (1991) cita que a redução fenomenológica é a forma de acesso que o observador tem para “penetrar” nos “objetos” vividos. Esse movimento se concretiza mediante a empatia⁵. Essa postura é indispensável para que se pratique a entrevista numa abordagem fenomenológica, segundo esse mesmo autor.

⁵ Empatia é a tendência para sentir o que sentiria caso estivesse na situação e circunstância experimentadas por outra pessoa (FERREIRA, 1998).

BORDINI (1990) cita que a redução fenomenológica não destrói a verdade da atitude natural. Apenas busca pelo esclarecimento do sentido.

Para HOLANDA (2001), a redução é a via de acesso ao fenômeno tal como ele é constituído na totalidade.

No envolvimento existencial, dada a aproximação de quem escuta para apreensão das vivências, via conteúdo discursivo, e o distanciamento reflexivo para a compreensão isenta de apriorismos destas mesmas vivências, reside a redução fenomenológica.

5.7.2 O método fenomenológico na investigação das vivências no campo esportivo

FORGHIERI (1997) transpõe o método fenomenológico da filosofia para a psicologia, objetivando apreender o sentido ou o significado da vivência de pessoas em determinadas situações.

O evento competitivo é único em se tratando de esporte. Ele acontece dentro de um determinado momento que não se repetirá. A peça histórica do sportista é composta pelos objetivos esportivos, intermediados pela metas de curto e médio prazo. A somatória das experiências que se sucedem, comporão o conjunto das vivências, tornando-se, então, o objeto da investigação.

OKUMA (1998, p. 25), ao afirmar que “sendo cada uma das experiências humanas impregnadas de subjetividade” e que “quanto mais compreendemos tais subjetividades, mais compreendemos a própria experiência”, mostra o quanto se torna possível acompanhar as questões vivenciadas pelos sportistas. Corrobora nesse contexto BICUDO (1999), ao afirmar que a fenomenologia pode ser entendida como o estudo que reúne os diferentes modos de aparecer do fenômeno ou o discurso que expõe a inteligibilidade em que o sentido do fenômeno é articulado.

Aí reside, conforme EPIPHANIO (2001), a fenomenologia como forma de entendimento dos sentidos das vivências como eles aparecem.

A fenomenologia existencial, como articulação de um discurso impregnado de sentidos e sentimentos, mostra-se viável como postura metodológica de pesquisa no campo esportivo. Uma vez que a proposta fenomenológica possibilita uma

aproximação das experiências vivenciadas pelos esportistas e cujo movimento por parte do pesquisador, denominado de envolvimento existencial e distanciamento reflexivo por FORGHIERI (1997), terá nas palavras do seu interlocutor o que AMATUZZI (1996) entende por fenomenologia de tendência dialética. A coleta de dados, com participação ativa do pesquisador, permitirá à apreensão e compreensão dos fatos que compõem os fenômenos, indicando, então, “as decisões que devemos tomar”. Essas informações podem colaborar com as Comissões Técnicas e com os praticantes no que se refere às formulações dos objetivos esportivos, dentro do princípio da realidade.

5.7.3 Pesquisa em psicologia fenomenológica no campo esportivo

Como procedimento metodológico no campo da psicologia fenomenológica no ambiente esportivo, esse estudo propõe os procedimentos sugeridos por GIORGI (1985) e descritos por HOLANDA (2001), compreendidos em:

- 1 – Apreensão do Sentido do Todo
- 2 – Discriminação das Unidades de Significado
- 3 – Transformação em linguagem psicológica
- 4 – Síntese das unidades de significado

(1) A Apreensão do Sentido do Todo

Nesse primeiro momento, ocorrerá a leitura de toda a descrição das vivências significativas, com o objetivo de se obter o sentido global do que está sendo descrito.

(2) Discriminação das Unidades de Significado

É descrita como um momento onde, segundo o texto, ocorre uma “atitude psicológica” em que os conteúdos serão divididos em unidades para serem trabalhados, objetivando a captação dos momentos de mudanças psicológicas significativas de cada situação descrita pelo indivíduo. FRANÇA (1989) descreve que as unidades de significado não existem per se, mas em relação à perspectiva adotada por quem as analisa.

(3) Transformação em Linguagem Psicológica

Nesse momento, os conteúdos das falas do sujeito são analisados e interpretados, verificando-se exatamente o que o narrador expressa em relatos.

(4) Síntese das unidades de significado

Nessa fase, ocorre a sistematização consistente da experiência do sujeito. O desvelar poderá trazer à luz da compreensão, o sentido dos conteúdos narrados.

LAZARUS (2000) observa que, para serem determinadas as emoções mais importantes que ocorrem nas competições esportivas, é necessária uma descrição cuidadosa, por parte do atleta, das suas experiências em diferentes condições de treinamentos e de competições. Para este autor, o contraste entre emoções negativas e positivas deve ser observado e também em que contextos elas ocorrem. As emoções descritas pelos indivíduos podem estar contidas no campo subjetivo. As conseqüências sociais ou se algum antecedente específico suscitou o desencadeamento de reações emocionais intervenientes nos resultados esportivos, devem ser observadas criteriosamente pelo investigador, pois muito dos conteúdos emocionais estão contidos no discurso do sujeito. As falas, portanto, estão cheias de significados emocionais que mostram não somente o indivíduo atleta, mas ele por inteiro.

5.8 A entrevista psicológica

A entrevista psicológica foi o instrumento utilizado para fundamentar o método clínico, sendo, portanto, uma técnica de investigação científica em psicologia (BLEGER, 1980). Para este autor, a entrevista psicológica deve ser entendida como um importante instrumento na investigação, diagnóstico e na própria terapia. É uma ferramenta preciosa da qual se vale o psicólogo para a execução do seu ofício.

A entrevista não é uma simples coleta de dados, como observam BIDDLE et al. (2001), onde em muitos artigos de pesquisas quantitativas os pesquisadores normalmente limitam o método de entrevista neste sentido.

Para DREHER (1994), alguns problemas metodológicos podem ser evitados se não houver excessiva e, por vezes, exclusiva confiança nos dados verbais. Ainda para este autor, é possível que a entrevista não abranja amplamente a investigação, caso os dados não sejam tratados de forma adequada. Cabe então observar se a metodologia está bem fundamentada.

GILBERT, TRUDEL e HAUGHIAN (1999) citam que alguns processos cognitivos observados pela psicologia esportiva, tais como tomadas de decisões e aprendizados mediante experiências, não podem ser explicados em uma simples entrevista, pois os atletas não têm capacidade para interpretar suas ações intuitivas.

CULVER, GILBERT e TRUDEL (2003) relataram que quando várias formas de observar as atividades humanas são combinadas com as entrevistas, possibilitam uma melhor compreensão dos processos que envolvem o contexto esportivo.

A entrevista psicológica aberta não se fundamenta num simples perguntar e ou recolher dados da história do entrevistado. Na entrevista psicológica, será estabelecida uma relação humana entre duas ou mais pessoas, onde um ouvir especial permite um aproximar do sujeito que busca pela compreensão plena do seu existir e dos possíveis conflitos que o afligem, impedindo assim o seu desenvolvimento pleno (ANGERAMI-CAMON, 2002; BLEGER, 1980).

5.8.1 A entrevista psicológica como campo de atuação

Na entrevista psicológica, o campo de atuação tem característica definida para a investigação da personalidade ou de determinada circunstância comportamental. O enquadramento é rígido. Procura-se transformar um conjunto de variáveis em constantes. BLEGER (1980, p. 15) cita que “os indivíduos possuem personalidade sistematizada em uma série de pautas ou em um conjunto ou repertórios de possibilidades, e são estas que esperamos que atuem ou se exteriorizem durante a entrevista”.

GARRET (1967, p. 24-25), ao observar que “as causas inconscientes são muito mais comuns do que originalmente se julga, quando se procura compreender

as pessoas”, mostra que o sujeito da entrevista pode não ter clareza das questões que o aflige.

Cabe ao psicólogo ir às causas que podem estar nas profundezas da personalidade. Essas questões estão além da compreensão do sujeito que as demonstra mediante ansiedades, temores, tristeza e sofrimento.

Observa-se que a entrevista psicológica é uma técnica, onde a escuta é executada mediante fundamentações teóricas da psicologia que permitirão um compreender dos sentidos que estão compostos na fala do sujeito. Neste procedimento, o entrevistado conduz a entrevista, porém o psicólogo terá sempre o controle do processo.

5.8.2 A experiência no campo esportivo e a entrevista psicológica com abordagem fenomenológica

Aqueles que pretendem atuar no campo esportivo, incluso os aspectos psicológicos, devem conhecer esse ambiente e suas demandas. As modalidades esportivas apresentam características próprias de comunicação, métodos de desenvolvimento, controle de treinamento e regras competitivas. É importante para o psicólogo conhecer a modalidade pela qual pretende transitar, aproximando-se, inclusive, dos colegas especialistas das outras áreas que compreendem a complexidade inserida nos resultados esportivos (BUCETA,1991,1995,1998). É justamente esse conhecimento, experiência e trânsito, progressivo, junto à modalidade esportiva eleita que permitirá uma intimidade por parte do pesquisador com relação às demandas psicológicas, sejam elas no treinamento, em toda a sua periodização ou, principalmente, nas competições, ainda segundo este autor.

Detalhe importante que permeia os grandes resultados esportivos no ambiente do alto rendimento: todas as conquistas no esporte moderno, estão alicerçadas na aplicação da ciência e para tanto, somente o trabalho em equipe intermodal permitirá tais construções, notoriamente, a longo prazo por se tratar de desenvolvimento humano.

Esse conjunto de itens importantes vai permitir o delineamento, portanto, do roteiro utilizado durante a entrevista (EPIPHANIO, 2001; GOMES,1998).

No “conjunto de itens”, estão compostos todos os aspectos que, consciente ou inconscientes, interferem na dinâmica psíquica do sujeito com o mundo no qual está inserido. HAMILTON (1982) denomina de “fato humano” as questões que compõem essa interação do sujeito e a sua forma de estar no mundo. Aspectos mentais, físicos, sociais, econômicos, sexuais e afetivos constituintes do ser humano atuam sobre o indivíduo e na sua relação com o meio.

A investigação explicativa que busca pelas causas que compõem o diagnóstico esbarra na compreensão do sujeito. Muitas das questões que permeiam os conflitos existenciais não estão ao seu alcance. Para a busca da compreensão conjuntamente com o sujeito da vivência, o pensamento fenomenológico enquadra-se como uma opção adequada para esse tipo de investigação.

A compreensão por parte de quem vivencia, ou seja, o sujeito dos fatos vividos, transcende o saber que se dá no diagnóstico. Ir às questões originárias com o sujeito, no seu tempo de compreensão, com livre escuta, tendo-se o cuidado de não saltar no futuro, permitirá ao investigador e ao sujeito construir o saber do fenômeno, cujo movimento se denomina “redução fenomenológica”.

CARVALHO (1991) refere-se ao saber do fenômeno essencialmente como uma “construção de sentido”.

Essa construção de sentido, citado pela pesquisadora, conduz à compreensão e aproximação da psicologia existencial fenomenológica no campo esportivo investigativo do alto rendimento, cuja proposta precípua é o desempenho das performances em harmonia com os aspectos de saúde do atleta.⁶

6 METODOLOGIA

6.1 Caracterização da pesquisa

A metodologia utilizada nessa pesquisa foi motivada por WHELAN, MEYERS e DONOVAN (1995) e VEALEY (1992), quando sugeriram que as pesquisas no campo da psicologia esportiva, em grupo ou em um único sujeito,

⁶ A exposição sistemática do método fenomenológico foge aos objetivos deste trabalho. Seus aspectos estão ligados como possibilidade de embasamentos, necessários à busca da compreensão

deveriam observar uma descrição mais específica das intervenções utilizadas para que se possa dar continuidade ao avanço na área.

Partindo desta premissa, buscou-se por uma aproximação da psicologia existencial fenomenológica (MAY, 1976) para com a área esportiva, como um meio de entendimento do comportamento e reações psicológicas nos períodos preparatórios e competitivos da modalidade natação em atuações de alto rendimento.

Portanto esta pesquisa terá caráter estritamente qualitativo, através de uma abordagem fenomenológica em um estudo de caso.

6.2 Sujeito da pesquisa : um estudo de caso

Foi observada uma atleta pertencente a uma equipe com representatividade nacional, histórico esportivo, competitividade comprovadas com as seguintes características:

- a. Histórico esportivo de altas performances em eventos de âmbito estadual, nacional e internacional
- b. Oscilação e inconstância nos tempos com piora acentuada após resultado técnico expressivo em algum momento da carreira esportiva, sem motivos aparentes
- c. Bom desempenho nos treinamentos
- d. Atitude competitiva apática não compatível às ações comportamentais apresentadas nos treinamentos
- e. Discurso confuso em relação aos objetivos esportivos
- f. Pertencente à categoria oficial de Sênior
- g. Dez anos de prática competitiva
- h. Dezoito anos no início da pesquisa

6.3 Instrumentos

Os instrumentos utilizados para a pesquisa foram:

- a. Histórico esportivo
- b. Observação sistemática nos treinamentos e nas competições
- c. Entrevistas de diagnóstico e intervenções psicológicas esportiva

6.4 Procedimentos

Conjuntamente com os contatos iniciais com a nadadora para o início desse estudo, foi realizada uma entrevista com o treinador e coordenador administrativo das equipes competitivas da instituição à qual pertence a atleta, para os esclarecimentos necessários referentes aos objetivos da pesquisa, condições para as devolutivas e trânsito do pesquisador junto à Comissão Técnica, às sessões de treinamentos e às competições objetivas pelo programa de preparação do time.

Foram realizadas duas entrevistas iniciais com a nadadora para os esclarecimentos dos objetivos da pesquisa, do Termo de Consentimento (ANEXO 1), e condutas (locais e horários das entrevistas) necessárias para a realização do trabalho e continuidade do mesmo em caso de interesse por parte da atleta, após o término desse estudo.

Esse procedimento inicial objetivou dirimir todas as dúvidas junto aos envolvidos (Comissão Técnica e Atletas) que pudessem pairar sobre as intenções do estudo e, principalmente, pela ética que deve pautar todo e qualquer trabalho científico.

Com duração prevista e fixada inicialmente em cinquenta minutos, as entrevistas foram gravadas para análise posterior dos conteúdos vividos de forma mais fidedigna possível. O tempo de duração das entrevistas não seguiram um padrão fixo como os utilizados nos atendimentos da psicologia clínica. O local para as entrevistas foi sendo escolhido dentro do ambiente de preferência da atleta. Foram utilizadas: sala tipo consultório, o ambiente da piscina, sala de musculação e

negativamente, com potenciais consequência psicológicas para os atletas.

ginástica, ginásio poliesportivo, dentre outros. Um aspecto importante, sempre observado, foi a privacidade e adequação sonora desses locais. A nadadora, na maioria dos encontros, opinou sobre os locais das entrevistas.

Após anuência dos envolvidos, os procedimentos seguintes foram:

6.4.1 Obtenção do histórico esportivo

O histórico esportivo da nadadora foi obtido mediante pesquisa nos Boletins Técnicos da Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos – CBDA, onde constam os resultados oficiais dos principais eventos do calendário esportivo anual do país. Esses Boletins Técnicos contêm os tempos e colocações obtidas em campeonatos e torneios dirigidos pela entidade nacional ou pela sua representante estadual (Federação Aquática Paulista – FAP). Esses documentos permitiram o ordenamento dos resultados da principal prova da nadadora, 100 metros nado Peito, disputados em piscinas de 50 metros, nas temporadas esportivas dos anos de 1999, 2000, 2001, 2002 e 2003.

6.4.2 Observação sistemática nos treinamentos e nas competições

A nadadora foi acompanhada durante as sessões de treinamentos e nas principais competições de níveis estaduais e nacionais, realizadas em piscinas de 50 metros. As observações aconteceram ao longo das temporadas esportivas dos anos de 2003 e 2004, com início nos meses de janeiro e término nos meses de dezembro (Macro-Ciclos). Cada temporada foi dividida em dois blocos (Meso-Ciclos) contendo seis meses. Os treinos semanais (Micro-Ciclos) foram compostos de sete dias, seguindo o que preconiza NAVARRO et al. (1990) e MAGLISCO (1993, 2003). Quando não ocorriam competições nos finais de semana, os domingos foram reservados para o descanso da atleta. Fato previsto como um fator importante dentro do programa de preparação no só do ponto de vista fisiológico mas também psicológico. Durante as sessões de treinamento, procurou-se acompanhar o desempenho nas principais séries de execuções que visavam a melhora qualitativa

das produções energéticas, fisiologicamente significativas para a aquisição das performances competitivas.

6.4.3 Entrevistas de diagnóstico e intervenções psicológicas esportivas

As entrevistas foram programadas após reuniões com a Comissão Técnica e com a nadadora separadamente, para que fossem dirimidas dúvidas com relação ao estudo e formas de atuação do pesquisador tanto nas sessões de treinamento como nas principais competições do calendário esportivo.

As entrevistas tiveram como objetivo a construção do sentido das questões vivenciadas ao longo da história esportiva e da vida da atleta como um todo, seguindo os procedimentos:

- c.1 As entrevistas foram gravadas com o propósito de possibilitar a análise dos conteúdos na sua integralidade.
- c.2 As entrevistas ocorreram normalmente uma vez por semana a princípio. Esses encontros, em algumas ocasiões, estenderam-se por duas ou três vezes, sempre que solicitado pela atleta.
- c.3 O contrato⁷ foi acordado na primeira entrevista, quando se tratou dos objetivos da pesquisa nos seus detalhes e onde foi assinado o Termo de Consentimento após detalhado e entendido (ANEXO 1). Não foi necessária a autorização dos responsáveis pela nadadora, sendo a mesma maior de idade no início da formalização desse estudo.
- c.4 O número de entrevistas iniciais foi estabelecido após entrevista com a Comissão Técnica, objetivando obter dados informativos a respeito das características técnico-competitivo-comportamentais da atleta, bem como informações sobre a pesquisa e formas de devolutivas.
- c.5 A anuência da CT, principalmente por parte do treinador responsável pela equipe, tornou-se fundamental para o início dos trabalhos, uma vez que a incorporação do pesquisador no grupo era fundamental para as

⁷ O termo Contrato é utilizado em psicologia para designar um acordo de intenções entre o psicólogo e o cliente. Não se trata, no caso dessa pesquisa de acordo de preços por serviços prestados, mas dos limites, propósitos e circunstâncias em que ocorrerão as entrevistas.

- observação durante os treinamentos e, principalmente, nas competições. Esse procedimento permitiu uma objetividade nas observações da atleta que se enquadrou na proposta da pesquisa, possibilitando, inclusive, aproximações e vínculos, uma vez que os grupos esportivos são fechados e sistemáticos.
- c.6 A análise comportamental tanto da atleta como do grupo como um todo “in loco” ocorreu nas (a) reuniões coletivas e individuais que a CT efetuava, principalmente no início das temporadas esportivas onde são estabelecidas todas as estratégias adotadas nos treinamentos; (b) nas observações do sujeito pré-selecionado durante as sessões de treinamento; (c) nas competições que compuseram o período inicial das temporadas esportivas, bem como em todos os eventos em que a equipe esteve participando.
- c.7 as entrevistas foram divididas em:
- (a) entrevistas iniciais, onde se objetivou a história da atleta como um todo – anamnésia
 - (b) entrevistas psicológicas de diagnósticos e intervenção

Nas competições objetivadas pela nadadora, como os campeonatos estaduais e nacionais, a atleta foi observada nas suas atitudes comportamentais pré e pós-competitiva. Nesses eventos procurou-se preservar a privacidade da nadadora, aguardando, em todas as ocasiões pela sua iniciativa para uma conversa mais próxima, referente às suas atuações, fossem elas em momentos que antecederiam as atuações ou após as mesmas.

6.5 Análise dos dados

Para a análise das entrevistas, os procedimentos seguiram as proposições sugeridas por GIORGI (1985), descritas por HOLANDA (2001, p. 43) e embasadas na fenomenologia por CARVALHO (1991). Esses procedimentos estão compreendidos em:

- 1 – Apreensão do Sentido do Todo
- 2 – Discriminação das Unidades de Significado
- 3 – Transformação em linguagem psicológica
- 4 – Síntese das unidades de significado

As apreensões dos sentidos, contidos nas descrições vivenciadas, não se restringiram somente aos fatos relacionados às questões pontuais. Todas as experiências passaram a constituir a história do sujeito, caracterizadas como um todo na relação mundo-sujeito. Os relatos, embora conduzidos livremente pela atleta, estiveram sob controle do pesquisador, de modo que, na busca dos sentidos que caracterizavam a intencionalidade, permitiam, mediante tal postura, a construção da compreensão e o início de um conhecimento de como a atleta interagia emocionalmente com o mundo, onde também está contido o ambiente esportivo.

Partiu-se do princípio de que o “ser atleta” ocupa um momento existencial com relevante significado emocional na vida desse indivíduo. Questões relacionadas ao ambiente esporte ocuparam a maior parte dos encontros, mas não necessariamente ficou-se atado aos aspectos do ambiente e sentidos da prática esportiva. A fala não esteve centrada nas somatórias dos pensamentos que compunham as idéias de forma explicativa. Era de se esperar que todo o ser-atleta surgisse no contexto das entrevistas. O ser-atleta está inserido no ser-total-humano. Embora o esporte assuma importante dimensão existencial.

A discriminação dos sentidos, permitiu o agrupamento dos fatos que compunham significativamente a história vivencial da atleta. A medida em que o processo foi se desenvolvendo, o sujeito, como um todo foi se desvelando.

Para a pesquisa em curso, os fatos esportivos mais marcantes, sejam eles positivos ou negativos, foram conjugados de forma a permitir uma leitura interpretativa mediante linguagem psicológica.

A linguagem psicológica não é expressa somente em palavras. Ela é gestual, tonal, silenciosa e resistente. Simbólica, expressa atemporalidade onde passado e futuro surgem no presente. Através do discurso, a atleta envolveu-se emocionalmente com os aspectos mais íntimos e, por vezes, desconhecidos da sua forma de estar no mundo. CARVALHO (1991, p. 39) observa que “nesses momentos percebe-se um sentido que transcende o emprego das palavras, dos vocábulos e

expressões culturais e idiomáticas próprias da cultura e da língua em que se exprime”. Esse momento é singular, próprio e intenso.

A síntese das unidades de significados objetivou a conjugação dos fenômenos à consciência e ao entendimento.

O entendimento foi ocorrendo à medida que a atleta ia se dando conta, mediante as explicitações dos seus gestos, expressões e falas referentes aos seus fatos vivenciados.

A síntese é o momento da reflexão da atleta com referência aos seus engajamentos. A forma como vem se relacionando com a sua história. Com o fenômeno da compreensão, a atleta pode refazer o sentido, alterar o curso da sua história frente às questões que pontuavam a sua vida naquele momento.

7 RESULTADOS: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO

7.1 Histórico esportivo

Os resultados técnicos contidos na TABELA 1, ordenam vinte participações em eventos oficiais que, para as análises qualitativas desse estudo, serão divididas em dois períodos: (a) período psicológico pré-interventivo que conjuga os anos 1999, 2000, 2001 e 2002; (b) período psicológico pós-interventivo para o ano de 2003.

TABELA 1 – Participações em campeonatos oficiais em piscinas de 50 metros na prova dos 100 metros nado Peito no período compreendido entre 1999 e 2003.

Ano	No.	Tempo	Nível Técnico	Categoria	Classificação
1999	01	1'18"38	Estadual	Juvenil	01º. Lugar
1999	02	1'19"37	Estadual	Absoluto	04º. Lugar
1999	03	1'18"07	Nacional	Juvenil	01º. Lugar
1999	04	1'17"49	Estadual	Juvenil	01º. Lugar
1999	05	1'18"69	Nacional	Juvenil	02º. Lugar
1999	06	1'18"67	Nacional	Absoluto	14º. Lugar
2000	07	1'17"18	Nacional	Juvenil	01º. Lugar
2000	08	1'18"90	Estadual	Absoluto	01º. Lugar
2000	09	1'15"75	Internacional	Juvenil	02º. Lugar
2000	10	1'17"19	Estadual	Juvenil	01º. Lugar
2000	11	1'16"65	Nacional	Juvenil	02º. Lugar
2001	12	1'18"97	Nacional	Absoluto	13º. Lugar
2001	13	1'18"00	Nacional	Junior	02º. Lugar
2001	14	1'21"93	Nacional	Junior	12º. Lugar
2002	15	1'16"48	Nacional	Junior	03º. Lugar
2002	16	1'19"67	Estadual	Junior	01º. Lugar
2003	17	1'16"17	Nacional	Junior	03º. Lugar
2003	18	1'14"94	Estadual	Junior	01º. Lugar
2003	19	1'14"88	Nacional	Junior	01º. Lugar
2003	20	1'14"68	Estadual	Junior	01º. Lugar

Pré-Interventivo

Pós-Interventivo

A TABELA 2 demonstra os resultados por temporada esportiva e a média dos tempos para cada período.

TABELA 2 - Demonstrativo dos tempos obtidos e médias por temporadas esportivas que situam o estudo para as análises técnicas qualitativas

No.	1999	2000	2001	2002	2003
01ª.	1'18"38	1'17"18	1'17"19	1'18"97	1'16"17
02ª.	1'19"39	1'18"90	1'16"65	1'18"00	1'14"94
03ª.	1'18"07	1'15"75		1'21"93	1'14"88
04ª.	1'17"49			1'16"48	1'14"68
05ª.	1'18"69			1'19"67	
06ª.	1'18"67				
Média	1'18"45	1'17"28	1'16"92	1'19"01	1'15"17

As FIGURAS de números 2, 3, 4 e 5 representam as oscilações dos resultados obtidos pela nadadora nas temporadas esportivas dos anos 1999, 2000, 2001 e 2002, respectivamente.

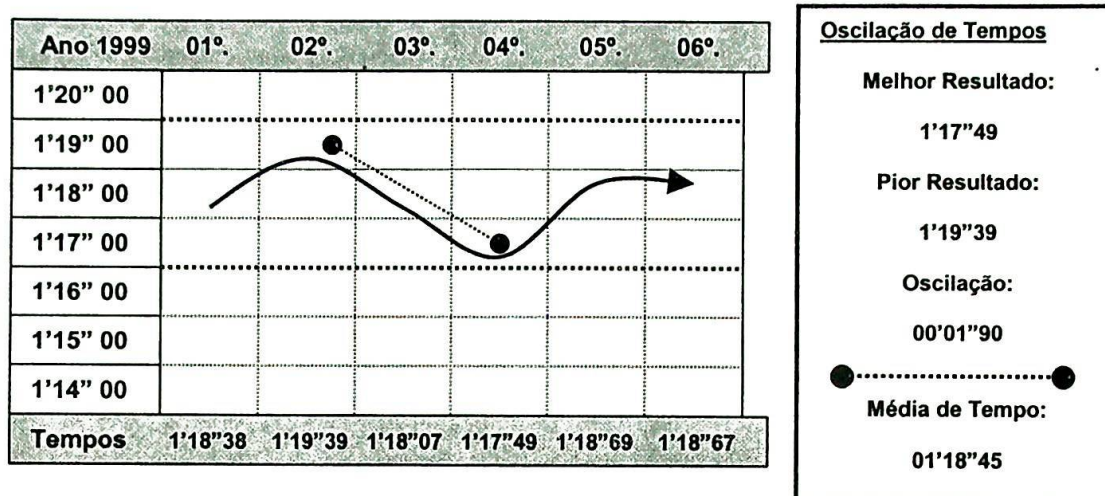


FIGURA 2 – Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito na temporada esportiva do ano 1999 em eventos oficiais disputados em piscinas de 50 metros.

A oscilação de tempos ocorrida entre a 1ª. e 6ª. participações na temporada de 1999 registrou variações entre o melhor e o pior resultado de um segundo e noventa centésimos de segundo (01s90/100).

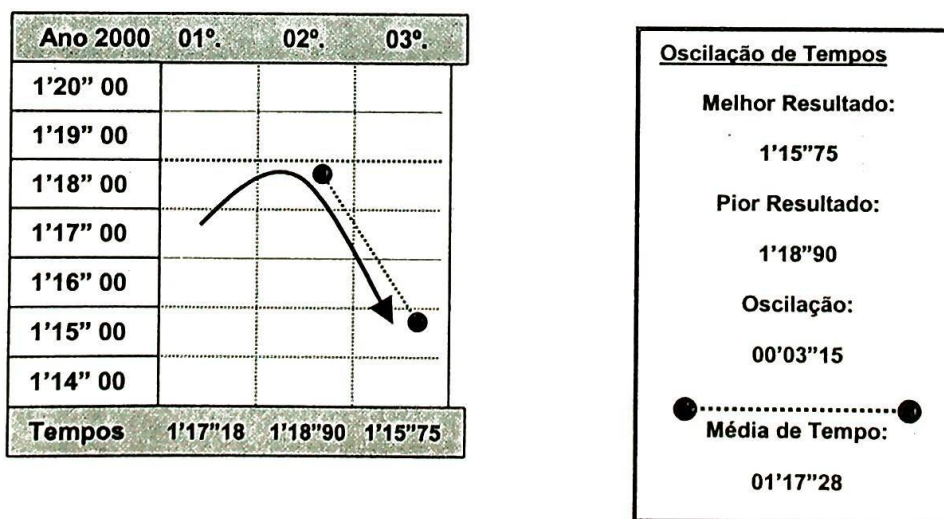


FIGURA 3 – Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2000 em piscinas de 50 metros.

A oscilação de tempos ocorrida entre a 1ª. e 3ª. participações na temporada de 2000 registrou variações entre o melhor e o pior resultado de três segundos e quinze centésimos de segundo (03s15/100).

O desempenho técnico ocorrido em um evento de nível internacional, com a marca de 1'15"75 (um minuto e quinze segundos e setenta e cinco centésimos), alçou a nadadora para o grupo das principais atletas do país na distância, marcando significativamente sua carreira esportiva.

Esse resultado tem um significado psicológico relevante para a nadadora e para o estudo.

Em decorrência desse resultado, o status adquirido pela nadadora modificou de modo significativo a sua situação grupal esportiva, sócio-familiar e pessoal.

Os resultados esportivos tecnicamente relevantes possibilitam uma exposição do atleta junto à mídia e, como uma das conseqüências, a aproximação dos patrocinadores, programas de preparações e atenções individualizadas pela Comissão Técnica, principalmente por parte do treinador, de dirigentes e familiares. Em decorrência dessas situações no campo esportivo, os atletas são levados à mudanças no curso das suas carreiras e das próprias vidas.

O resultado esportivo é objeto de desejo permanente dos atletas e de todo o seu entorno.

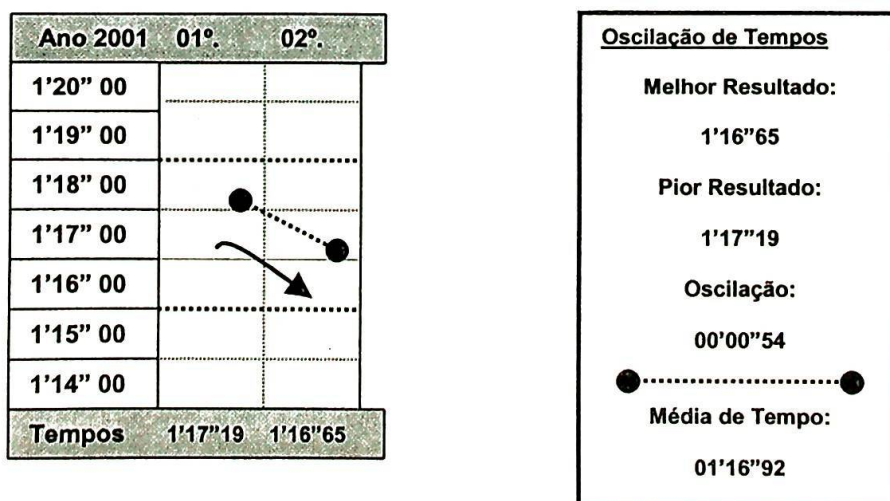


FIGURA 4 – Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2001 em piscinas de 50 metros.

A oscilação de tempos ocorrida entre a 1ª. e 2ª. participações na temporada de 2001 registrou variações entre o melhor e o pior resultado de cinquenta e quatro centésimos de segundo (00s54/100).

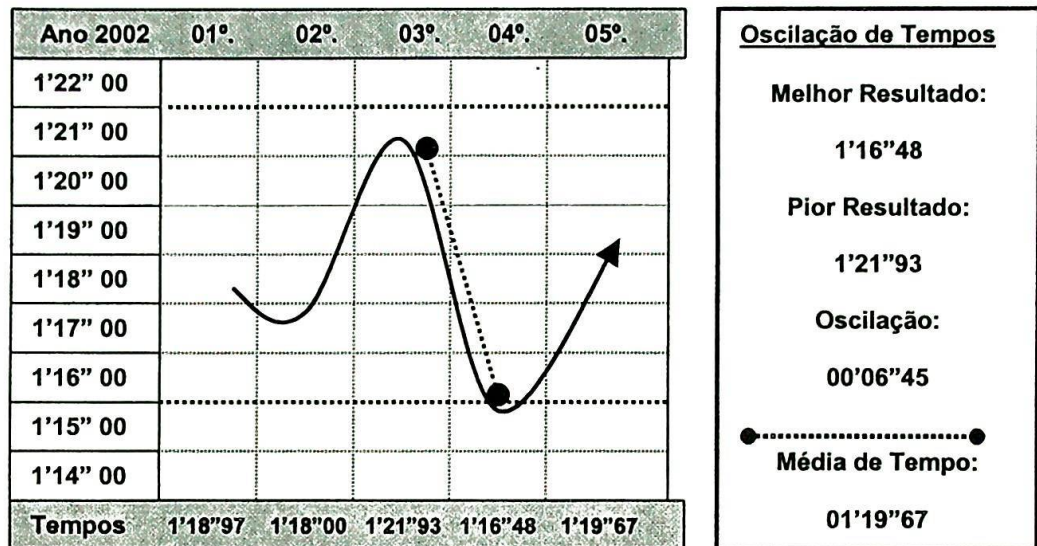


FIGURA 5 – Tempos registrados na distância dos 100 metros nado Peito em eventos oficiais no ano de 2002 em piscinas de 50 metros.

A oscilação de tempos ocorrida entre a 1ª. e 5ª. participações na temporada de 2002 registrou variações entre o melhor e o pior resultado de seis segundos e quarenta e cinco centésimos de segundo (06s45/100).

Pode-se observar que as participações da temporada de 2002 foram marcas por atuações com grande disparidade nas performances.

Período crítico

Essa temporada esportiva foi considerada para esse estudo, como a fase mais crítica sob a ótica psicológica. A não melhora de tempo evidenciou os conflitos relacionados aos objetivos esportivos, principalmente com relação à realidade e temporalidade e foco dos mesmos.

A FIGURA 6 demonstra as oscilações dos tempos entre os melhores e piores resultados por anos competitivo, relacionados para esse estudo.

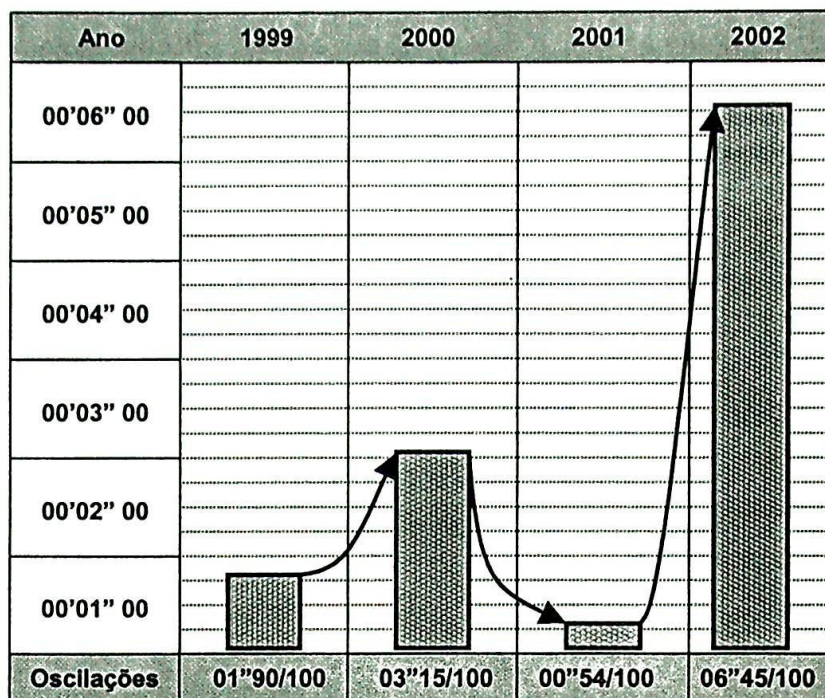


FIGURA 6 – Oscilações de tempos entre os melhores e os piores resultados por temporadas esportivas - 1999/2002

Análise técnica das fases A, B, C do período pré-interventivo

As participações esportivas da nadadora na prova dos 100 metros nado Peito foram divididas em três períodos para esse estudo, compreendendo as temporadas de 1999, 2000, 2001 e 2002. Essa divisão por fases, objetiva agrupar três momentos distintos no percurso da nadadora, sendo que cada uma das fases compreende situações relevantes nos aspectos psicológicos da atleta, no período que antecedeu as intervenções psicológicas esportivas, denominado de período pré-interventivo.

Os tempos médios, velocidades e porcentagens de desempenhos em relação à melhor performance de cada fases pré-interventiva, demonstram a evolução técnico-competitiva na distância dos 100 metros nado peito, conforme demonstrada na TABELA 3.

TABELA 3 – Análise de desempenho técnico das Fases A, B e C do período pré-interventivo.

Ano	Participação	Tempo	Velocidade Metros/seg	% de 1'15"75 (B)
Fase A				
1999	01 ^a .	1'18"38	1.27,58 m/s	3,355 %
1999	02 ^a .	1'19"37	1.25,99 m/s	4,560 %
1999	03 ^a .	1'18"07	1.28,09 m/s	2,971 %
1999	04 ^a .	1'17"49	1.29,04 m/s	2,245 %
1999	05 ^a .	1'18"69	1.27,08 m/s	3,736 %
1999	06 ^a .	1'18"67	1.27,11 m/s	3,711%
2000	07 ^a .	1'17"18	1.29,56 m/s	1,852 %
2000	08 ^a .	1'18"90	1.26,74 m/s	3,992 %
	Total de atuações Fase A 08	Tempo Médio: 1'18"34	Velo. Média 1.27,64 m/s	Média (%) 3,306 %
Fase B				
2000	09 ^a .	1'15"75	1.32,01 m/s	100 %
	Total de atuações Fase B 08	Tempo Médio: 1'15"75	Velo. Média 1.32,01 m/s	Média (%) 100
Fase C				
2000	10 ^a .	1'17"19	1.29,55 m/s	1,865 %
2000	11 ^a .	1'16"65	1.29,92 m/s	1.174 %
2001	12 ^a .	1'18"97	1.26,63 m/s	4.077 %
2001	13 ^a .	1'18"00	1.28,20 m/s	2.884 %
2001	14 ^a .	1'21"93	1.22,05 m/s	7.543 %
2002	15 ^a .	1'16"48	1.30,75 m/s	0.954 %
2002	16 ^a .	1'19"67	1.25,51 m/s	4.920 %
	Total de atuações Fase C 07	Tempo Médio 1'18"41	Velo. Média 1.27,51 m/s	Média (%) 3,329 %

A FIGURA 7 condensa os resultados das atuações compreendidas entre os anos de 1999 e 2002 denominadas para esse estudo com período pré-interventivo. Esse período foi dividido em três fases: Fase A, Fase B e Fase C.

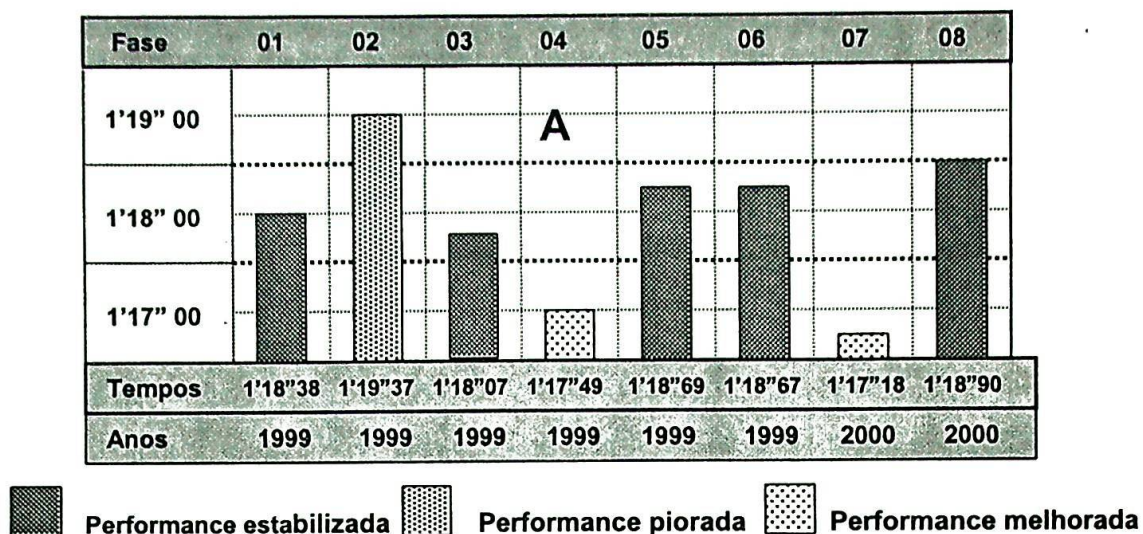


FIGURA 8 – Demonstrativo de melhora, estabilidade e piora de performance na prova dos 100 metros nado Peito na Fase A do período pré-interventivo

TABELA 4 – Análise de desempenho técnico da fase A do período pré-interventivo

Fase A				
Ano	Participação	Tempo	Metros/Seg	(%)
1999	1 ^a .	1'18"38	1.27,58 m/s	100 %
1999	2 ^a .	1'19"37	1.25,99 m/s	> 1,263 %
1999	3 ^a .	1'18"07	1.28,09 m/s	< 0,395 %
1999	4 ^a .	1'17"49	1.29,04 m/s	< 1,135 %
1999	5 ^a .	1'18"69	1.27,08 m/s	> 0,395 %
1999	6 ^a .	1'18"67	1.27,11 m/s	> 0,369 %
2000	7 ^a .	1'17"18	1.29,56 m/s	< 1,531 %
2000	8 ^a .	1'18"90	1.26,74 m/s	> 0,663 %
Total de atuações Fase A 08		Tempo Médio: 1'18"34	Velo. Média 1.27,64 m/s	< (%) 0,371 %

Embora considerando a precisão das aferições de tempos na modalidade onde o placar eletrônico atua na casa dos centésimos de segundos (1"/100), sendo, portanto, possível em um único segundo (00:00:01:00) classificar 100 atletas, para a análise da atitude competitiva, foco central dos aspectos psicológicos objetivados nesses estudos, a pouca oscilação das marcas, cujos percentuais para melhor ou pior não chegam a 1,00 % caracterizam um processo de estabilidade. Essas diferenças, embora significativas no ponto de vista técnico, na variável psicológica no que se

refere à atitude competitiva combativa não são relevantes principalmente quando se analisa o discurso da nadadora referente a esse período.

Nessa fase que compreendeu oito atuações a nadadora permaneceu com a marca estabilizada na casa de 1'18"00 (um minuto e dezoito segundos) nas 1^a. (ponto de referência)⁸, 3^a., 5^a., 6^a. e 8^a. atuações. Piorou sua performance na 2^a participação. Obtendo melhoras no 4^o. e 7^o. eventos.

As variações percentuais de estabilidade podem ser observadas na TABELA 5.

TABELA 5 – Performances da Fase A consideradas estabilizadas

Atuação	Ano	Tempo	Referência	Porcentagem
1 ^a .	1999	1'18"38	=	100 %
3 ^a .	1999	1'18"07	<	0,395 %
5 ^a .	1999	1'18"69	>	0,395 %
6 ^a .	1999	1'18"67	>	0,369 %
8 ^a .	2000	1'18"90	>	0,663 %

Foi considerada como performance piorada na Fase A a 2^a. atuação com o tempo de 1'19"37 por ter superada a caso dos 1'18"00 e estando a marca mais de 1,00 % pior.

A TABELA 6 mostra a variação percentual dessa atuação.

TABELA 6 – Performance da Fase A considerada piorada

Atuação	Ano	Tempo	Referência	Porcentagem
1 ^a .	1999	1'18"38	=	100 %
2 ^a .	1999	1'19"37	>	1,263 %

Foi considerada como performance melhorada na Fase A os tempos superiores a 1'18"00. Essas marcas podem ser observadas nas 4^a. e 7^a. participações.

A TABELA 7 mostra as variações percentuais melhoras nessas performances, ficando essas atuações mais de 1,00 % melhores em relação ao tempo de 1'18"00.

⁸ Essa primeira marca (1'18"38) será utilizada como ponto inicial (partida) para as análises técnicas desse estudo.

TABELA 7 – Performances da Fase A consideradas melhoradas

Atuação	Ano	Tempo	Referência	Porcentagem
1 ^a .	1999	1'18"38	=	100 %
4 ^a .	1999	1'17"49	<	1,135 %
7 ^a .	2000	1'17"18	<	1,531 %

A Fase B

A fase B foi caracterizada nesse estudo como o ponto relevante na carreira da nadadora. Com o registro da marca de um minuto e quinze segundos e setenta e cinco centésimos de segundo (01'15"75) a atleta aos 16 anos, obteve o destaque esportivo que interferiu de modo significativo na sua trajetória. Essa marca foi na ocasião, uma das melhores registradas, na distância, pelas mulheres da natação brasileira. Os aspectos psicológicos dessa marca estão contidos nas análises dos discursos demonstrados no QUADRO 2.

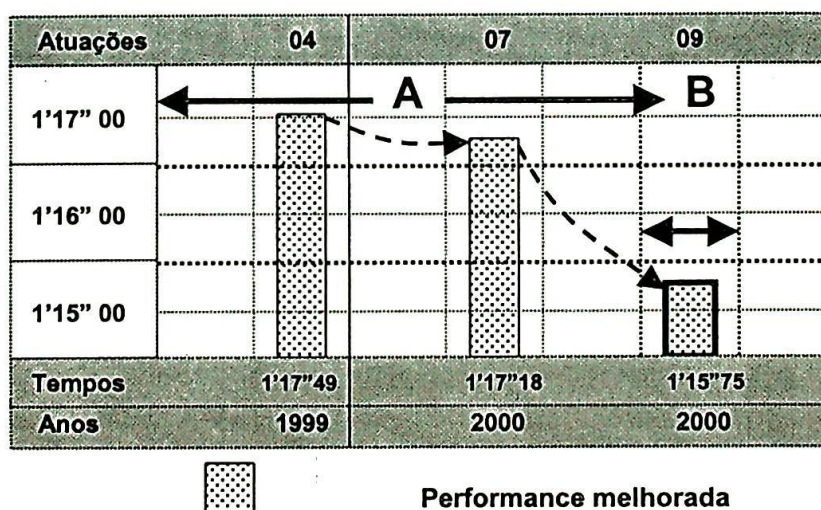


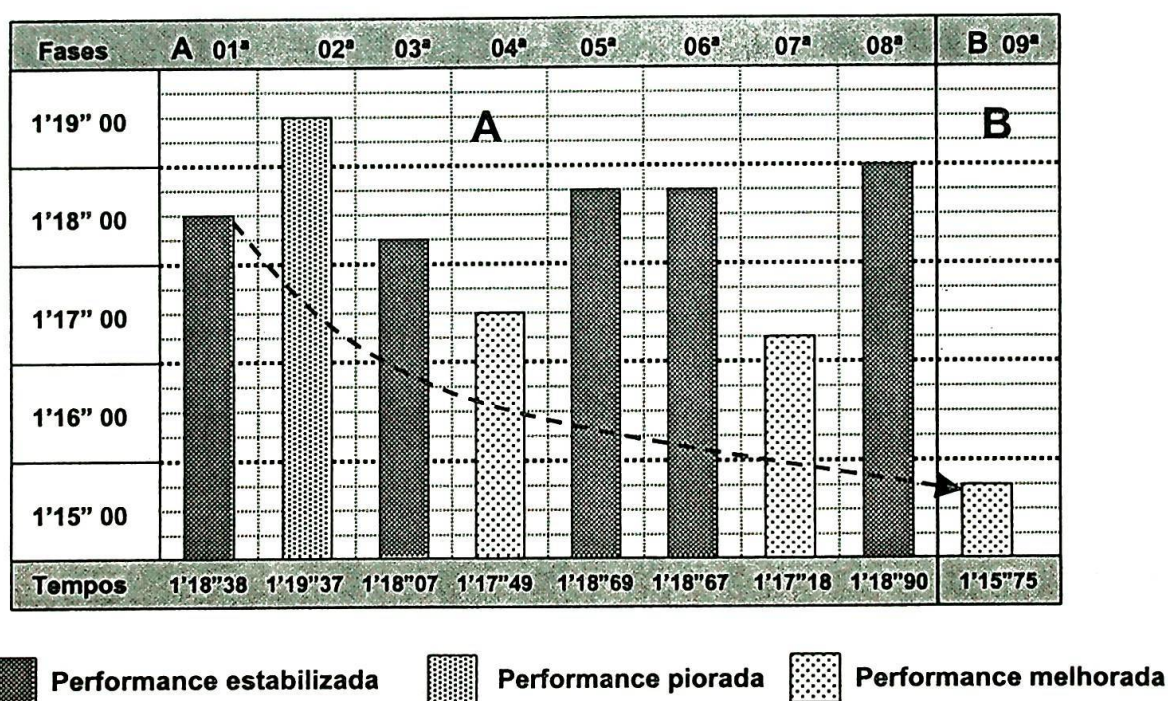
FIGURA 9 – Demonstrativo das melhoras de tempos das Fases A e B

Na 9^a. atuação registrada no ano de 2000 a nadadora obteve a marca de um minuto e quinze segundos e setenta e cinco centésimos de segundos (1'15"75) considerada na temporada como a melhor marca do ano em todas as categorias no ranking nacional.

TABELA 8 – Demonstrativo de melhoras de performances da Fase A para a Fase B

Ano	Fases	Atuação	Tempo	< %	% de Melhora
1999	A	4ª.	1'17"49	100 %	
2000	A	7ª.	1'17"18	99,59 %	0,40 %
2000	B	9ª.	1'15"75	98,14 %	1,85 %

A FIGURA 10 a performance melhorada para a marca de 1'15"75 da Fase B em relação às performances anteriores, obtidas na Fase A.

FIGURA 10 – Comparativo qualitativo das Fases A e B

A TABELA 9 demonstra os ganhos qualitativos da nadadora com a obtenção da marca de 1'15"75.

TABELA 9 - Análise de desempenho técnico da Fase B do período pré-interventivo

Ano	Atuação	Fase B	Velocidade	% de Melhora
2000	9ª.	1'15"75	1.32,01 m/s	100 %
	Total de atuações Fase B 08	Tempo Médio: 1'15"75	Velo. Média 1.32,01 m/s	Média (%) 100

A FIGURA 11 correlaciona o melhor desempenho da nadadora então obtido na 6ª. atuação quando auferiu o tempo de 1'17"18 com a nova marca.

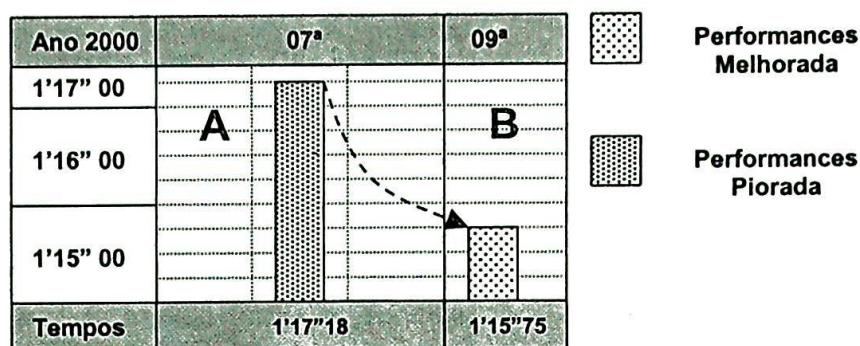


FIGURA 11 – Representação da melhora de desempenho nas participações 07ª (B) e 09ª (B)

TABELA 10 – Demonstrativo dos ganhos qualitativos do resultado da Fase B em relação ao melhor tempo da Fase A

Fase	No.	Tempo	m/s	%	m	Velo. > cm/m
A	07ª.	1'17"18	1.29,56	100	0	
B	09ª.	1'15"75	1.32,01	> 1,85	> 1,89	1,89
		- 0'01"43	02,45			

A Fase C

A fase C compreendeu as atuações de 10 a 16 conforme TABELA 1. Esses resultados tiveram início no mesmo ano esportivo de 2000 imediatamente após o resultado obtido na 09ª. atuação. Observa-se nesse período que compreendeu parte do ano de 2000 e todas as imediatas temporadas esportivas de 2001 e 2002 uma inconstância nas marcas obtidas pela nadadora.

Essa fase, considerada crítica nesse estudo perante oscilações de tempos para pior de até seis segundos e quarenta e cinco centésimos de segundo (06"45/100), culmina com o registro do tempo de um minuto e dezenove segundos e sessenta e sete centésimos de segundos (01'19"67) obtidos na 19ª. participação (TABELA 1). Completa, dessa forma, o período pré-interventivo.

Com esses resultados a nadadora permaneceu por um período de dois anos e seis meses sem *igualar*⁹ ou melhorar as suas marcas, em se tratando de registros de tempos, independente das suas colocações no pódio.

Esse resultados podem ser observados na FIGURA 9 que reúne todos os resultados da fase C.

Período crítico

Ao longo de duas e meia temporadas esportivas, parte do ano de 2000 e anos completos de 2001 e 2002, a nadadora alterou a atitude competitiva sem motivos aparentes. Embora tenha treinado normalmente, conforme entrevistas com a Comissão Técnica, a nadadora passou a não apresentar o mesmo entusiasmo e atitude competitiva que a vinha caracterizando até então.

Os exames clínicos, rotineiramente executados pela atleta, não apontavam nenhuma causa física que pudesse justificar as reações comportamentais competitivas apresentadas pela atleta nessa fase.

Esse período concentra um conteúdo psicológico importante para a pesquisa em razão das oscilações acentuadas, sem motivos aparentes, nos resultados competitivos.

Na FIGURA 12 estão contidos os resultados piorados obtidos nas temporadas de 2000, 2001 e 2002.

⁹ Embora o termo usual *igular* referir-se às repetições dos tempos obtidos pelos nadadores ser comum no jargão esportivo, no que se refere à existência vivencial, por ser única, a repetição jamais ocorrerá

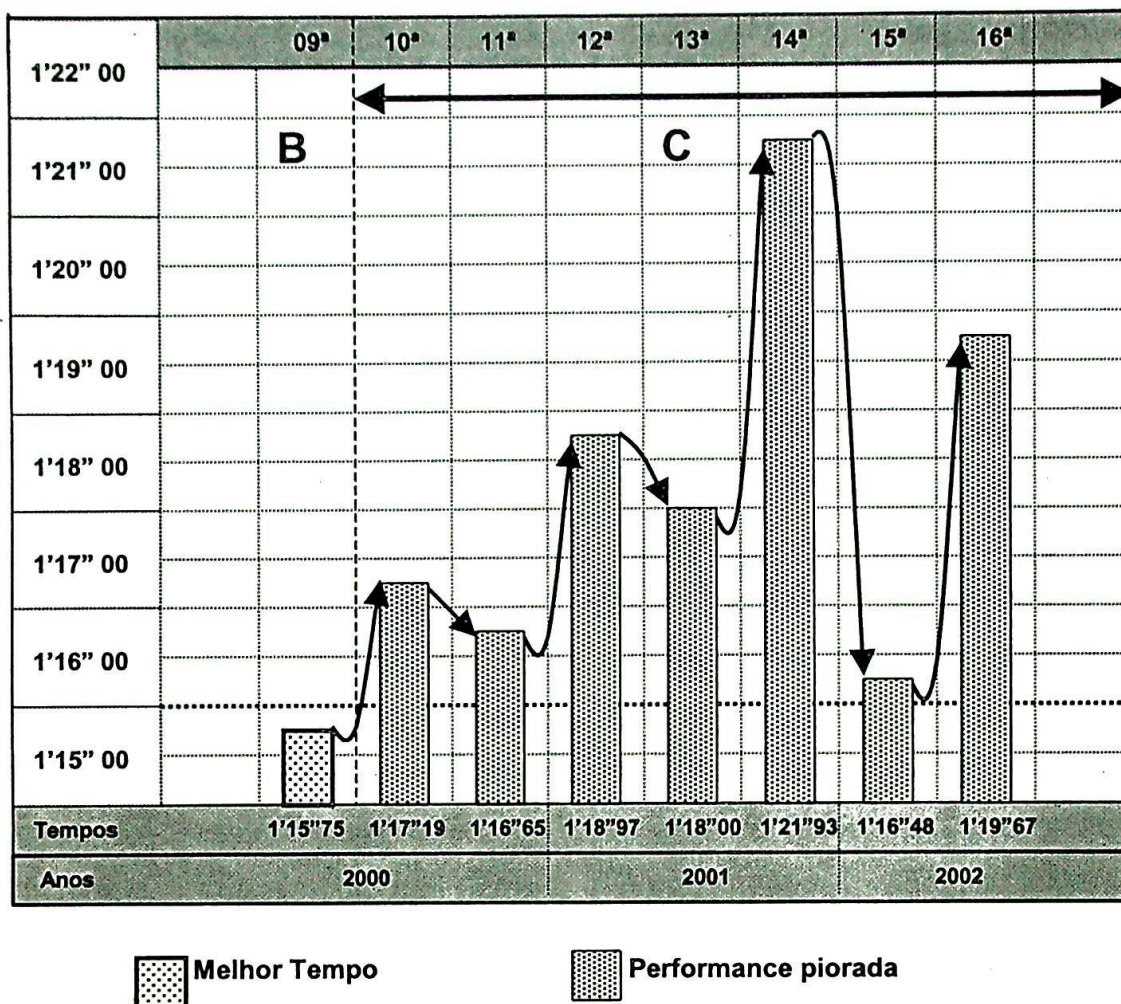


FIGURA 12 – Resultados competitivos da segunda metade da temporada de 2000 e temporadas completas de 2001 e 2002

7.2 Observação sistemática nos treinamentos e nas competições

A atleta foi acompanhada durante as sessões de treinamentos e nas principais competições de níveis estaduais e nacionais realizadas em piscinas de 50 metros realizadas nos anos de 2003 e 2004.

Nos treinamentos e nas competições, foram observados os seguintes aspectos de respostas fisiológicas e atitudinais: o controle dos ritmos para o desenvolvimento das capacidades aeróbias divididas em A1 (onde as intensidades eram situadas entre 2 e 3 mM/l de acúmulo de ácido láctico, ritmo cardíaco de 120 a

em razão das competições ocorrerem em momentos distintos da vida do atleta independente dos locais onde esses eventos ocorram.

150 bpm priorizando melhor a resistência da capacidade de circulação central) , A2 (onde as intensidades situavam-se entre 3 e 4 mM/l de acúmulo de ácido láctico sangüíneo, ritmo cardíaco de 150 a 170 bpm priorizando a resistência localizada dos gestos natatórios) e A3 (com intensidades situadas em 5 e 6 mM/l de lactacidemia, ritmo cardíaco de 170 a 190 bpm priorizando o desenvolvimento e manutenção do VO₂ Máximo) e séries de tolerância de lactato e controle de glicemia.

Essas tarefas específicas eram distribuídas nos micro-ciclos, ao longo do programa semestral, nas suas fases de base para o desenvolvimento geral, fase do desenvolvimento específico das provas principais e polimento que se traduz em um momento psicológico complexo de preparação competitiva. Durante a realização dessas tarefas específicas de grande intensidade e desgaste tanto de ordem física como psicológica, a nadadora correspondeu as expectativas dos treinadores, sem demonstrar alterações comportamentais relevantes que a tirasse da normalidade referentes aos demais componentes da equipe. À medida em que a nadadora ia realizando os seus treinamentos, em todas as suas fases, seu comportamento foi observado, principalmente nas sessões que trabalhavam as energias específicas da prova como nas séries de tolerância de lactato e ritmos de prova. Essas sessões ocorreram de uma a duas vezes em cada micro-ciclo da fase específica que totalizavam de quatro a seis semanas.

O técnico responsável pela preparação da atleta durante as sessões de treinamentos específicos, controlou sistematicamente o ritmo das execuções dos atletas conjuntamente com os seus auxiliares. Os contatos com a nadadora, por ocasião das execuções qualitativas das sessões de treinamento em dias específicos, ocorriam no ambiente da piscina momentos antes do início dos treinamentos e logo após o encerramento dos mesmos. Nessas ocasiões, a nadadora relatou suas impressões referentes às sensações tanto físicas como psicológicas para aqueles momentos.

O QUADRO 2 registra algumas das principais séries executadas pela nadadora nos períodos específicos do programas de preparação. As velocidades de execuções dessas tarefas se intensificavam uma vez que ocorriam as adaptações orgânicas. Dessa forma as capacidades fisiológicas podiam ser aferidas pela CT.

QUADRO 2 – Exemplos de series de treinamentos para melhora das capacidades técnicas e fisiológicas

Série Aeróbia 1	Série Aeróbias 2
<p>a) 2 x 400 c/ 20" sendo 25 crawl x 25 medley 4 x 200 c/ 15" sendo 50 crawl x 50 perna peito 1 x 800 sendo 25 crawl x 25 peito com 2 pernadas Ritmo: 80% - 85% Pulso: 140-160 Total: 2400 metros</p> <p>b) 8 x 100 c/ 15" sendo 50 crawl x 25 braço peito x 25 2 pernadas 4 x 200 medley c/ 20" 2 x 400 crawl c/ 15" 16 x 50 peito c/ 15" Ritmo: 80% - 90% Pulso 140-160 Total: 3200 metros</p>	<p>a) 3 x (4x100) c/ 20" e 2' entre séries sendo: 1º./ 3º. – 50 crawl x 50 peito 2º./ 4º. – crawl – Ritmo 85% - 90% Pulso: 150-170</p> <p>b) 8 – 12 x 100 Crawl c/ 10" - 20" Ritmo: 85% - 90% Pulso: 150 - 170</p> <p>c) 2 x (4x100 peito) c/ 20" e 2'entre séries Ritmo: 85% - 90% Pulso: 150 - 170</p>
Séries Aeróbia 3	Séries de Tolerância de Lactato
<p>a) 3 x 200 crawl c/ 30" Ritmo: 85% - 90% - 95%</p> <p>b) 4 x 100 peito c/ 30" Ritmo: 85% - 90% - 95%</p>	<p>a) 4 x (4x50) peito c/ 3' (min) de intervalo</p> <p>b) 4 x 75 peito c/ 3'- 5' de intervalo</p> <p>c) 4 x 100 c/ 5'- 10' de intervalo</p>

O QUADRO 3 registra alguns exemplos de séries executadas pela nadadora para a melhora das suas capacidades técnicas e fisiológicas.

QUADRO 3 – Exemplos de sereis de treinamentos para melhora das capacidades técnicas e Fisiológicas

Séries de rimo de Prova	Séries de Velocidades
<p>a) 8 x 50 peito c/ 1' de intervalo ritmo da passagem da prova dos 100 m</p> <p>b) 2-4 x (4 x 25) peito c/ 10" (seg) de intervalo BROKEN nadar no ritmo de tempo pretendido para a prova dos 100 m</p> <p>c) 2-4 x (25-50-25) peito c/ 10" - 20" (seg) de intervalo BROKEN nadar no ritmo de tempo pretendido para a prova dos 100 m</p> <p>d) 2-4 x (25-75) peito c/ 10"- 20" (seg) de intervalo BROKEN nadar no ritmo de tempo pretendido para a prova dos 100 m</p> <p>e) 2-4 x (75-25) peito c/ 10" - 20" (seg) de intervalo BROKEN nadar no ritmo de tempo pretendido para a prova dos 100M</p>	<p>a) 10 – 20 x 20 m em velocidade máxima peito c/ 30 m solto + 1 min de intervalo</p> <p>b) 8 – 10 x 25 m em velocidade máxima peito c/ 50 metros solto crawl</p> <p>c) 8 x saídas do bloco + filipina na velocidade da prova c/ 50 m crawl solto</p> <p>d) 8-12 saídas + filipina + 10 – 15 – 20 m na velocidade da prova</p>

Durante as execuções dos treinamentos a nadadora sempre interagiu com o grupo e com CT, procurando desenvolver os ritmos dentro das solicitações dos treinadores.

Vários treinamentos foram executados ao longo do período das observações desse trabalho. Tornar-se-ia inviável e mesmo desnecessário a

descrição de todas as execuções efetuadas, tendo em vista o objetivo da pesquisa centrar-se nos aspectos psicológicos relacionados aos conflitos de objetivos e as suas atitudes nos treinamentos. Durante as sessões de treinamento, a nadadora sempre se mostrou motivada e participativa. O cansaço evidenciava-se, como era esperado, à medida em que a intensidade dos treinamentos iam se intensificando nas várias fases do programa de preparação.

Nessas ocasiões as oscilações de humor ficavam evidentes e, em muitas ocasiões extrapolavam às questões relacionadas ao ambiente esportivo. Situações de ordem pessoal também foram abordadas à medida que iam surgindo como um processo natural do transcurso das intervenções e solidificação do vínculo com a nadadora.

Um aspecto importante, porém, foi verificar os resultados das análises dos testes de Ácido Láctico normalmente efetuados durante os treinamentos específicos que buscavam pela tolerância desse resultante metabólico. Durante as sessões de treinamentos que visavam essas capacidades a irritação da equipe como um todo ficou evidente. A força despendida nessas ocasiões, promove forte desconforto como: dores e acentuado estresse resultante. Nessas sessões especiais de treinamentos, efetuadas em um período específico do programa de preparação, foi possível observar a determinação e a clareza dos objetivos esportivos. A nadadora estudada demonstrou um padrão normal e sempre com bons desempenhos, dentro das características apresentadas pelo grupo como um todo. Os testes de Ácido Láctico objetivam demonstrar a capacidade de acúmulo, recuperação e remoção desse substrato sangüíneo. Dessa forma pode-se aferir as capacidades físicas dos nadadores e as possíveis correções no programa de treinamento (MAGLISCHO, 1993, 2003; NAVARRO et al., 1990).

O QUADRO 4 demonstra alguns resultados de testes de ácido láctico efetuados pela nadadora desse estudo.

QUADRO 4 – Exemplos de resultados de testes de lactacidemia das temporadas 2001, 2002 e 2003 durante os treinamentos

Temporada 2001	Temporada 2002	Temporada 2003
<p>8 x 50 peito 90%-95% c/ 1' após 8°. Tiro:</p> <p>1' = 12 Mml (milimoles)</p> <p>3' = 15 Mml</p> <p>5' = 15 Mml</p> <p>7' = 13 Mml</p> <p>4 x 100 peito c/ 2' 85% - 90% - 95% - máximo após 4°. Tiro:</p> <p>1' = 16 Mml</p> <p>3' = 18 Mml (milimoles)</p> <p>5' = 18 Mml</p> <p>7' = 17 Mml</p>	<p>4 x 100 peito c/ 2' 85% - 90% - 95% - máximo após 4°. Tiro:</p> <p>1' = 14 Mml (milimoles)</p> <p>3' = 16 Mml</p> <p>5' = 16 Mml</p> <p>7' = 12 Mml</p>	<p>8 x 50 peito 90%-95% c/ 1' após 8°. Tiro:</p> <p>1' = 11 Mml (milimoles)</p> <p>3' = 13 Mml</p> <p>5' = 13 Mml</p> <p>7' = 10 Mml</p> <p>4 x 100 peito c/ 2' 85% - 90% - 95% - máximo após 4°. Tiro:</p> <p>1' = 12 Mml (milimoles)</p> <p>3' = 14 Mml</p> <p>5' = 15 Mml</p> <p>7' = 14 Mml</p>

Fonte: Comissão Técnica

As coletas capilares de sangue no dedo indicador dos nadadores são efetuados seguindo um padrão de aferição após a última execução de tiros do protocolo utilizado para o testes aos 1', 3', 5'e 7' minutos.

7.3 Entrevistas

7.3.1 Entrevistas iniciais

Nas entrevistas iniciais, em um total de duas, de estrutura aberta, procurou-se observar qual a identidade do sujeito com relação à natação competitiva, bem como as primeiras narrativas referentes à sua história esportiva e aos seus projetos futuros.

As entrevistas iniciais ocorreram no início da temporada esportiva do ano de 2002. Nesses encontros, realizados no mês de fevereiro, foi firmado um contrato verbal, onde pesquisador e atleta acordaram suas intenções com referência à pesquisa e às formas de observação e atendimentos psicológicos esportivos, dirimindo-se todas as dúvidas com relação às intenções propostas.

7.3.2 Entrevistas psicológicas e identificação dos conflitos de objetivos esportivos

Nas falas, foram observados os sentidos mais significativos no contexto global das vivências relatadas, sendo selecionadas, a posteriori, situações que permitiram aproximação à questão central da investigação referente aos conflitos de objetivos esportivos que pudessem interferir negativamente nos resultados esportivos.

Os resultados esportivos obtidos no período compreendido entre 2000 e 2002 ocuparam significativamente as entrevistas, identificados na FIGURA 2 como período crítico.

As entrevistas preliminares ao processo interventivo foram iniciadas a partir de um resultado técnico considerado pela atleta muito aquém dos objetivos propostos para a ocasião. Mesmo cumprindo o programa integralmente, a nadadora obteve o tempo de 1'21"93, identificado na FIGURA 2 como a 14ª. participação. Esse resultado foi considerado incompreensível pela CT como muito aquém da capacidade de execução da atleta. Esse resultado desencadeou um conflito tanto de ordem pessoal como de relacionamento com os treinadores. Essa situação de conflito possibilitou a presença do psicólogo pesquisador de uma forma mais próxima junto à nadadora e aos treinadores.

7.3.3 Análise e interpretação dos discursos

As entrevistas foram organizadas com um roteiro tópico predefinido e de seqüência flexível, com o objetivo de possibilitar os estudos temáticos e comparativos dos depoimentos da atleta.

As entrevistas gravadas e, posteriormente, transcritas tiveram seus conteúdos categorizados, formando o conjunto de sentidos significativos referentes à questão investigada, possibilitando, assim, conjuntamente com a nadadora uma reflexão sobre os fatos vividos à luz da compreensão tanto do pesquisador como da entrevistada.

GOMES (1998, p.33) refere-se a esse movimento dialético como:

“o ato perceptivo que vai ao encontro do objetivo não é uma simples apropriação subjetiva do objeto. Trata-se de um ato reflexivo capaz de combinar um sujeito que percebe com um objeto que está sendo percebido”.

No QUADRO 5 são demonstrados dados relevantes contidos nas entrevistas iniciais. As falas mais significativas do sujeito foram agrupadas em categorias, permitindo, posteriormente, uma análise preliminar nas relações e clareza do sujeito com referência aos Objetivos Esportivos e à prática competitiva na modalidade, naqueles momentos.

QUADRO 5 – Dados significativos das primeiras entrevistas diagnósticas psicológicas

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<ol style="list-style-type: none"> 1. Não sei o que acontece! Venho treinando, treinando e não consigo repetir os meus melhores tempos; 2. Isso me desanima, não sei o que acontece. 3. É difícil falar, não consigo. 4. Às vezes, no bloco de partida, me dá um branco. 5. Treino para repetir os meus melhores resultados. 6. Não me lembro das provas depois que eu acabo de competir. 7. É tudo meio automático. 8. Não sinto se estou fazendo força. 9. Logo depois que acabo de nadar, me recupero facilmente (do cansaço). 10. Me sinto triste. 11. É muito bom estar em evidência. 12. Tinha toda a atenção do técnico. 13. Foi muito bom ter ganho aqueles títulos em 2000. 14. Quero repetir os meus resultados quando estava no auge. 15. O pior momento é quando estou no banco de balizamento, eu me sentia cansada. 16. Não é muito bom ver as adversárias se aproximando e batendo os meus recordes 17. Agora não consigo chegar perto das adversárias que eu vencia. 18. Durante o aquecimento da competição eu me sinto bem, mas na hora de nadar não sei o que acontece. 	<p>Liberdade da fala e da escuta Nas primeiras entrevistas procurou-se motivar a atleta para que ele falasse livremente sobre suas vivências ao longo dos três últimos anos, onde estão compreendidas as temporadas esportivas que mais significaram para o indivíduo.</p> <p>1 - A projeção para o passado As frases 1, 5, 13, 14, 20, 21, 24 e 31 demonstram uma tendência de retorno para momentos passados, realizações e conquistas referentes a um momento muito especial da atleta.</p> <p>2 - A ansiedade As frases 4, 8, 15, 18, 22 e 23 dão indícios do estado de ansiedade pré-competitiva tendo em vista a nadadora estar voltada para os objetivos de resultado e não de execução.</p> <p>3 - O automatismo As frases 6, 7, 8 e 9 podem ser relacionadas com os estados de ansiedade pré-competitiva, levando a nadadora a executar suas provas de forma automática. Esse automatismo pode estar relacionado com a mesma postura competitiva, fazendo com que os resultados (tempos) estejam muito próximos ou mesmo sendo repetidos.</p> <p>4 - Frustração e auto-estima As frases 10, 16, 17, 19, 28, 32 e 33 dão indícios do estado de frustração e nível de auto-estima da nadadora, demonstrando inclusive o quanto ela está tentando retornar às conquistas anteriores e a dificuldade em lidar com essa impossibilidade.</p>

continua

QUADRO 5 – Dados significativos das primeiras entrevistas diagnósticas psicológicas.
(continuação)

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
19. Isso me dá raiva. 20. Só me preocupo com o tempo. 21. Treinei muito bem, eu estava bem treinada. 22. Quando eu vi o tempo das meninas... 23. Não consegui dormir bem antes da competição. 24. Eu quero voltar a fazer os mesmos resultados que eu fiz naquela competição. 25. Na hora da competição é a cabeça que não vai. 26. Nos treinos eu me sinto muito bem. 27. Acho que nunca treinei tanto como desta vez. 28. Chorei bastante. 29. Desta vez acho que foi a pior de todas. 30. Nunca me senti tão mal como agora. 31. Eu sei que estou mais forte e nadando melhor agora, por isso não dá para entender. 32. Tenho me sentido triste esse tempo todo. 33. Faço de conta, finjo que não percebo.	5 - Aspectos psicossomáticos As frases 15 e 30 indicam para as questões somáticas referentes aos níveis de ansiedade pré-competitiva elevados. Esse estado pode interferir na sensibilidade do nadador com referências ao meio líquido e aos aspectos técnicos da execução dos movimentos dos nadados, principalmente nas fases sub-aquáticas das braçadas (varreduras). 6 - Conscientização e clareza As frases 11, 12, 25, 26, 27 e 29 apontam para uma compreensão parcial da nadadora, referente as suas dúvidas em relação aos seus objetivos 7 - Negação e conflitos As frases 2, 3, 33 e 34 apontam para as questões relacionadas aos estados de dúvidas, negação e conflitos, o que pode implicar a busca de objetivos irreais, voltados para o sucesso e não para a execução das tarefas técnicas esportivas, necessárias nos treinamentos e competições.

Os dados, apresentados de forma resumida no QUADRO 5, mostram algumas afirmações significativas que evidenciam os aspectos psicológicos da nadadora com relação à participação de número 9 na FIGURA 2. Naquela ocasião, ela obteve expressivo resultado técnico em termos de tempo (1'15"75) e colocação (2º lugar), medalha de prata em um importante torneio de âmbito internacional.

Essa competição, que projetou a nadadora no seu contexto social (família, equipe esportiva, cidade, colégio e ranking nacional, mídia esportiva, patrocinadores), marcou-a, emocionalmente, a ponto de impedi-la na sua atuação plena em eventos posteriores, mesmo estando melhor preparada.

No QUADRO 6, pode-se observar alguns dos sentidos dado pela nadadora com relação ao período crítico vivenciado na Fase C do período pré-interventivo.

QUADRO 6– Dados significativos das entrevistas diagnósticas psicológicas referentes à Fase C que evidenciam conflitos de objetivos e de identidade esportiva

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<p>01. as pessoas não entendem como é duro 02. os treinadores já não gostam mais de mim 03. sinto um aperto no peito que não sei explicar 04. na hora me falta força 05. numa competição melhoro um pouco 06. na outra é um lixo 07. estou insegura 08. será que as adversárias percebem 09. tenho medo 10.. e os meus patrocinadores 11. o tempo foi uma merda 12. que ódio 13. um e vinte e um é foda 14. o olhar dos outros me irrita 15. a risadinha eu não suporto mais 16. os meus pais 17. eu não sei 18. tento mais não consigo 19. me sinto fracassada 20. já não estou ligando 21. no treino é mais legal 22. consigo treinar bem 23. chega na hora 24. não sinto o meu corpo quando compito 25. as vezes nem parece que tem água 26. estou sofrendo 27. me ajuda 28. ninguém entende 29. a prova é uma eternidade 30. é sempre a mesma coisa 31. parece que estou patinando no mesmo lugar 32. se desse para voltar 33. não percebia essas coisas 34. como não dá para voltar 35. me dá um tempo 36. você está me irritando também 37. eu quero ser o que eu era e pronto 38. nado, nado, nado e não nado 39. tristeza 40. estou infeliz 41. não entendo o que acontece 42. sempre dou uma travada 43. antes não acontecia 44. é branco total 45. tremedeira</p>	<p>Falas referentes ao período crítico Durante esse processo as falas foram centralizadas no período crítico compreendido nos anos de 2000, 2001 e 2002.</p> <p>1 – A projeção para o passado As frases 32, 34 e 37 denotam tendências de retornos às vivências significativas esportivas passadas, aprisionando a nadadora com referência ao seu passado.</p> <p>2 – A ansiedade As frases 8, 10, 17 e 45 apresentam um forte conteúdo de insegurança em relação ao futuro, às adversárias e ao ambiente como um todo. A incerteza em relação às ações futuras podem desencadear incertezas sem causas aparentes e/ou reais. A resultante desse processo pode conduzir a picos de ansiedade.</p> <p>3 – O automatismo As frases 24, 25, 29, 31 e 44 podem ser relacionadas com os estados de ansiedade pré-competitiva, onde os mecanismos psíquicos de defesa desencadeiam um processo de automatismo para a execução de determinadas tarefas motoras.</p> <p>4 – Frustração e auto-estima As frases 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 19, 23, 26, 28, 38 e 39 dão indícios do estado de frustração e auto-estima da nadadora com relação à realidade esportiva naquele período. A impossibilidade de retorno à situações prazerosas via resultados obtidos e as sensações de impotência perante a realidade dos fatos que se evidenciavam nas competições estão presentes nesse contexto.</p> <p>5 – Aspectos psicossomáticos As frases 3, 4, 42 e 45 indicam para as questões somáticas referentes aos níveis elevados de ansiedade pré-competitiva. A perda da sensibilidade é um dos principais fatores prejudiciais ao desempenho dos gestos técnicos esportivos, cuja consequência pode ser a piora dos resultados.</p> <p>6 – Conscientização e clareza As frases 1, 7, 13, 21, 22 e 43 mostram uma certa compreensão da situação de conflitos vivenciados pela nadadora, colocando-a de frente para a realidade da situação, muito embora nessa fase ainda não discernida pela atleta.</p>

(continua)

QUADRO 6– Dados significativos das entrevistas diagnósticas psicológicas referentes à Fase C que evidenciam conflitos de objetivos e de identidade esportiva (continuação)

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
	<p>7 – Negação e conflitos As frases 20, 27, 28, 30, 33, 35, 36, 40 e 41 apontam para as situações relacionadas aos conflitos angustiantes vivenciados pela nadadora, evidenciando a resistência, motivada pela falta de estrutura psicológica, naquela ocasião, para lidar com as questões do conflito.</p> <p>8 – Situação depressiva As frases 27 e 39 demonstram o estado depressivo da atleta numa determinada fase competitiva. Nesse período a nadadora apresentou uma bipolaridade no humor, com alguns picos depressivos. Não foi necessário entretanto o seu encaminhamento ao clínico médico especializado, tendo em vista a mesma não ter apresentado quadro que necessitasse tais procedimentos, conforme clínico médico geral naquele momento.</p>

Essas frases foram retiradas de todo um contexto histórico de vida da nadadora. Referem-se, entretanto, somente aos aspectos pertinentes à prática da natação. Dentro dessa prática, várias nuances permitem leituras interpretativas no campo da psicologia nas suas variáveis formas interpretativas da psique humana.

Uma vez definido o objeto investigativo – um estudo de caso de conflitos de objetivos esportivos – ele surge naturalmente dentro das muitas falas do sujeito. Aspectos pontuais que compõem e contrapõem as histórias dos indivíduos, fazem parte do contexto pleno das existências humanas. Os fatos podem ser observados isoladamente, como o que ocorre nesse estudo, mas não existiriam isoladamente. A medida em que fatos focados vão surgindo, situações extra-tema surgem naturalmente. Essas situações podem ser relevantes para a apreensão e entendimento dos fatos intencionados. Todas as situações faladas devem ser observadas atentamente por quem interpreta. Como retalhos, vão sendo costurados e tomando formato. A princípio nada é muito claro. Ocorre, entretanto, um desvelar de significados ritmados. Essa cadência é ditada por quem detém a fala. Nesse

estudo, a nadadora. Esse encontro de quem fala com quem escuta, livre de pré-conceituações que possam estar levando às conclusões precipitadas e interpretações inconsistentes e, por conseguinte, errôneas, marcam o encontro autêntico. Nesse envolvimento espera-se que surja a compreensão dos sentidos dos fatos vividos. Tanto por parte de quem fala como por parte de quem escuta. Ambos, no caso, atleta e psicólogo, vão trilhando por um caminho de sentidos e significados. É uma troca para a construção. O objetivo prioritário é a compreensão da história por quem a narra, numa primeira instância. Por vezes o psicólogo observa fatos com clareza que não atingem, no momento, o narrador. Em outras situações, o interlocutor não atinge também a clareza dos fatos. A nebulosidade atinge a ambos. É preciso que a ansiedade do psicólogo seja observada pelo próprio, para que não salte no futuro do indivíduo. As narrações, composta de sentidos e emoções advindas das vivências que marcam e constroem as existências, devem fluir livre e com naturalidade. É preciso estar atento na escuta, pois fatos que ora surgem como claros, vão, em outros momentos, parecer confusos. O livre transitar, construído no ir-e-vir dos fatos, na medida em que o narrador suporta emocionalmente estar de frente para esses mesmos fatos, vai evoluindo à clareza do entendimento, da compreensão.

A esperada mudança de comportamento poderá então, instaurar-se no momento do desvelado. Novos sentidos, novos significados, novos fatos passam a constituir então, a vida do sujeito. É o continuar na existência. As vivências vão se sucedendo, assim como a vida. No caso dos atletas, a prática esportiva toma um sentido amplo na construção da existência. Por um período da vida, os atletas assumem papéis que são vivenciados intensamente mediante suas performances. A busca permanente pela compleição, via satisfação das necessidades psíquicas, são extravasadas mediante as tentativas de conquistas de novos resultados esportivos. Esse talvez seja um dos principais motivos do aprisionamento emocional nos grandes momentos prazerosos de situações vivenciadas. O atleta vive esses curtos momentos nos grandes eventos esportivos. Ali ele consegue, mediante desempenho performáticos, ascender à posições de destaque grupal. Idealizado, configura-se como objeto de desejo, o ser campeão. Essa situação é renovada a cada evento. Da mesma forma que as performances podem ser melhoradas, criando o status quo

tanto social como emocional, podem ser pioradas, ameaçando essas mesmas configurações de ordem psicológicas. Os papéis sociais são impregnados de significados emocionais. A competição pode tanto tomar uma configuração motivadora como ameaçadora, dependendo de como o atleta se posiciona frente a ela. Ou ele parte para o confronto, assumindo atitude competitiva esportiva ofensiva ou ele se defende escapando. A apatia competitiva demonstrada por vezes no campo esportivo, expõem a atitude competitiva esportiva defensiva. Essa esquematização pode ser observada na FIGURA 1.

Outra possibilidade é a tentativa psicológica de permanência ou continuidade na situação que gera prazer. É preciso aprender a se despedir, sem abandonar contudo, os momentos significativos para a continuidade e reordenamento do objetivos. O esporte vive de apelo presente e futuro e não de apelo passado. O evento findo passa a compor os fatos vivenciados. O foco de execução deve permanecer no tempo presente e futuro.

7.3.4 Intervenções psicológicas referentes às questões desveladas e a Fase D do período pós-interventivo

A entrevista psicológica caracteriza-se “per se” como processo interventivo, no momento em que o sujeito é conduzido tecnicamente às questões referentes ao seu histórico como um todo.

O procedimento intensificou-se a partir do momento em que a atleta observou a necessidade de aprofundar-se nas questões que iam surgindo à medida que as entrevistas se sucediam. O vínculo foi se estabelecendo, com o cuidado necessário para que a atleta não visse o pesquisador como referência única, tornando-se dependente do processo.

As questões que extrapolaram o ambiente esportivo foram suprimidas propositalmente nessa pesquisa, pois a mesma objetiva investigação nas questões referentes aos conflitos de Objetivos Esportivos, cujas vivências passadas podem aprisionar o atleta, impedindo-o, dessa forma, de projeções futuras para o seu desempenho.

As entrevistas foram se sucedendo dentro do ritmo ditado pela nadadora. Embora a questão central da pesquisa – conflitos de objetivos referentes às situações vivenciadas – estivesse evidente para o pesquisador, a atuação ocorreu sempre atrelada ao entendimento e ritmo da nadadora. A atleta foi, em todo o percurso, o centro do processo, cujos cuidados objetivaram impedir que a ansiedade do pesquisador promovesse saltos atemporais.

O fenômeno desvelado é o momento rico de todo o processo interventivo psicológico. A mudança de comportamento ocorre progressivamente dentro do processo de entendimento do indivíduo, sendo ele, portanto, a razão principal da intervenção. O comportamento não se refere somente às questões pontuais, mas a vida. Os episódios não ocorrem isoladamente quando se refere às questões psicológicas. Eles interferem no indivíduo como um todo. O ser atleta insere-se no ser indivíduo. Isso leva o processo interventivo, quando se trata de conflitos, às questões existenciais do estar no mundo.

Na FIGURA 13 são demonstradas as participações de números 18 19 e 20 com resultados melhorados em relação a todas as performances anteriores.

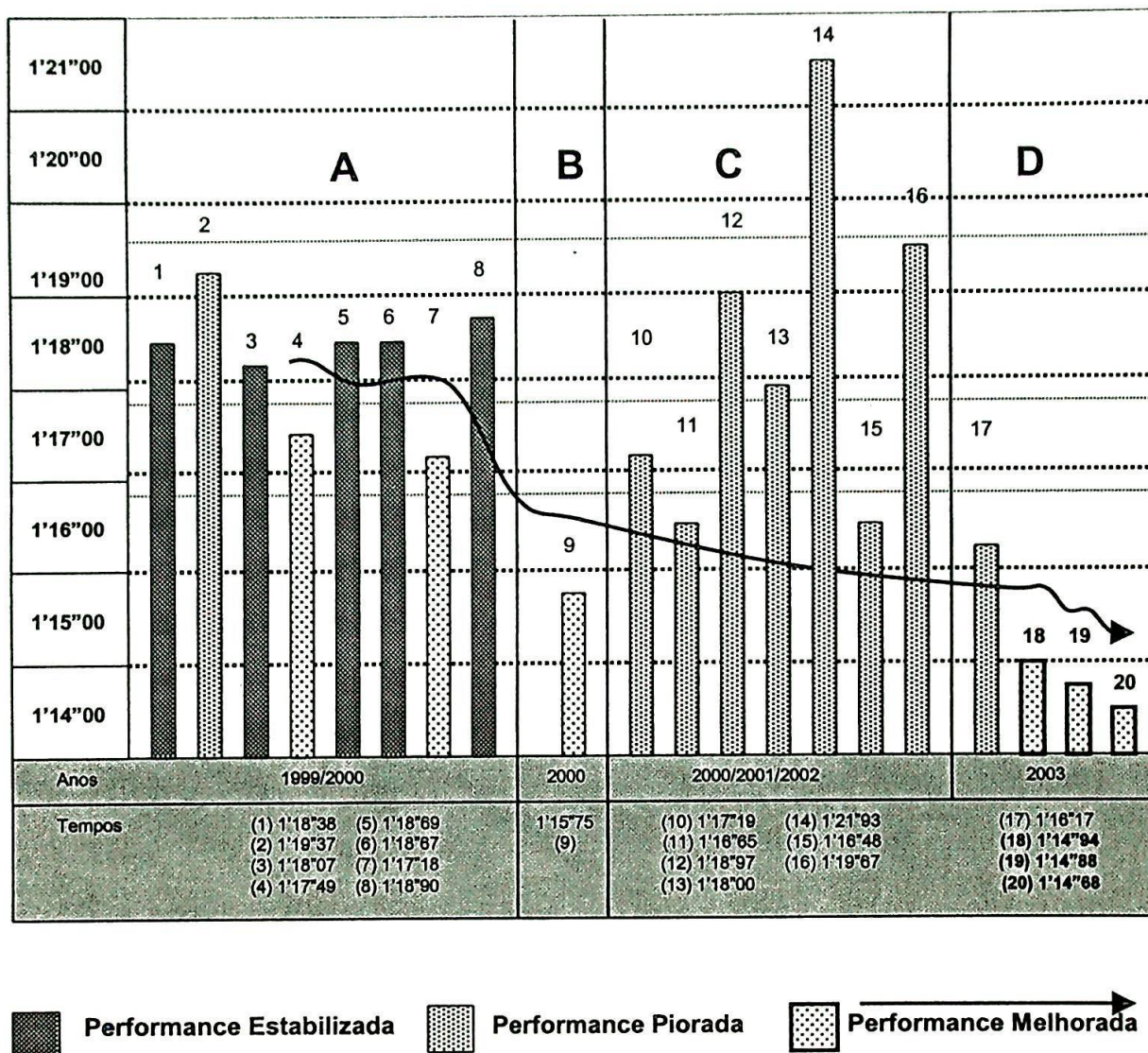


FIGURA 13 – Comparativo qualitativo das Fases A, B, C pré-interventiva e da Fase D pós-interventiva

Na FIGURA 13 pode ser observado que nas atuações de números 18, 19 e 20 ocorreram melhora qualitativa em relação à participação de número 09 ocorrida duas temporadas e meia anteriores.

O processo de intervenção psicológica teve o seu início a partir da 16ª atuação quando a nadadora obteve o tempo de 1'19"67 (um minuto e dezenove segundos e sessenta e sete centésimos de segundo), no final do ano de 2002.

Ao final dessa temporada, após esse resultado, a nadadora demonstrava abatimento e apatia. Desmotivada, expressava não entender o que vinha ocorrendo

nas competições, pois o seu treinamento era executado dentro dos padrões esperados pelo treinador. Alguns exemplos de falas, já categorizadas, referentes à fase C, podendo ser observadas no QUADRO 6.

A Fase D

Na Fase D o processo interventivo teve como objetivo principal auxiliar o entendimento das vivências. Como consequência de um novo olhar esperava-se, como parte desse estudo, pelo re-significado dos objetivos esportivos e as atitudes competitivas por parte da atleta. A variável psicológica estaria, dessa forma, sendo trabalhado, a exemplos das demais integrantes do programa de treinamento.

A TABELA 11 demonstra os ganhos qualitativos da Fase D em relação ao melhor tempo da Fase B.

TABELA 11 – Demonstrativo dos ganhos qualitativos dos resultados da Fase D em relação ao melhor tempo da Fase B

Fase	No.	Tempo	m/s	%
B	09 ^a .	1'15"75	1.32,01	100
D	17 ^a .	1'16"17	1.31,28	> 0.554
D	18 ^a .	1'14"94	1.33,44	< 1.069
D	19 ^a .	1'14"88	1.33,54	< 1.148
D	20 ^a .	1'14"68	1.33,90	< 1.412

A FIGURA 14 mostra a melhora do desempenho na fase pós-interventiva.

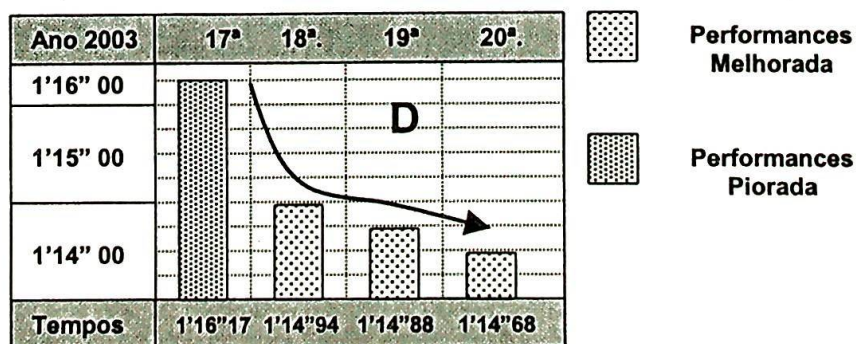


FIGURA 14 – Representação das melhoras de desempenhos nas participações da Fase D de números 17, 18, 19 e 20

É importante salientar que o processo de intervenção psicológica esportiva ocorrida nesse estudo, não aconteceu isoladamente. A participação do treinador, com quem a nadadora tem um vínculo fortemente estruturado, no processo de acompanhamento e discussões técnicas, foram fundamentais. Durante os treinamentos e competições, os atletas de natação se acercam dessa figura, deixando claro a importância desse papel nas referências necessárias às atuações e condutas técnicas dos nadadores. Por vezes, a figura do treinador surgiu nas falas da atleta quando nas entrevistas, o que evidenciou a importância desse profissional orientador junto aos jovens desportistas.

O conteúdo do QUADRO 7, refere-se à partição de número 18 quando a nadadora obteve o tempo de 1'14"94 e a primeira colocação num campeonato estadual no ano de 2003, aproximadamente dois anos e meio após obter o tempo de 1'15"75.

QUADRO 7– Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam o processo de interação e o resignificado dos conflitos de objetivos e reorganização da identidade esportiva.

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
01. é uma loucura 02. eu não sei como isso aconteceu 03. eu não estava esperando 04. eu fiquei meio assim... 05. tanto que a gente conversou 06. eu queria chegar e me sentir bem na prova 07. sentir que eu estava dentro da competição 08. ai eu cheguei lá na minha primeira prova 09. os 200 medley não é o meu forte 10. o tempo não foi lá essas coisas 11. mas eu me senti mais na competição 12. fazia um tempo que eu não me sentia dessa forma legal 13. Mas eu sabia que estava lá novamente 14. olha eu aí gente 15. mais competitiva 16. confiante 17. mas mesmo assim fiquei meio retraída 18. acho que fazia uns dois anos que eu não nadava 19. aí eu fui nadar os 100 peito.. 20. na eliminatória eu no nadei muito bem não 21. nadei forte mas fiz 1'21" 22. classifiquei com o 6º. tempo	Falas referentes ao período competitivo de intervenção da Fase D 1- A projeção para o passado 2 – A ansiedade As frases 6, 17, 24, 27, 28 e 29 dão indícios dos níveis de ansiedade pré-competitiva dentro do processo de transição de uma fase para a outra. Os níveis de ansiedade, quando nos patamares ideais sem fugir ao controle do atleta, pode beneficiar o competidor. Nas primeiras competições da fase D, a atleta alternou os níveis de ansiedade, como era esperado nesse estudo, tendo em vista o longo período da fase C. 3 – O automatismo As frases 21, 23 e 26 demonstram níveis de ansiedade pré-competitiva intervenientes na conscientização da execução. O automatismo demonstra que o atleta apresenta um certo nível de dúvida e não clareza quanto a sua participação. Se esperava, nessa fase de reconstrução de referências, atitudes como as descritas.

continua

QUADRO 7– Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam o processo de interação e o resignificado dos conflitos de objetivos e reorganização da identidade esportiva.

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<p>23. aí na final eu não sei o que aconteceu 24. eu não estava muito concentrada 25. sabia o que eu tinha que fazer 26. eu já tinha pensado 27. mas ao mesmo tempo atrás da baliza eu estava desconcentrada 28. olhando para o pessoal na arquibancada 29. era final e eu estava dispersa 30. aí eu caí na água 31. eu sei que eu dei uma saída boa e uma filipina melhor ainda 32. eu me lembro direitinho de tudo 33. mas até aí não quer dizer nada 34. saí pensando em passar forte nos 50 metros 35. e continuei nadando 36. foi a prova que eu me senti mais competitiva 37. fazia tempo né 38. eu já passei na frete das meninas 39. eu sabia um pouco que eu estava na frente 40. dava para ouvir um pouco a galera na geral 41. mas ao mesmo tempo eu não achava que estava na frente 42. eu achava que estava buscando na segunda volta 43. eu estava sentindo a minha prova 44. não dava para perceber direito o que estava acontecendo do lado 45. eu só via a parede do outro lado chegando 46. só prestava atenção na prova 47. quando cheguei aí que eu vi 48. eu não estava acreditando muito 49. tanto tempo que isso não acontecia 50. chorei</p>	<p>4 – A frustração e auto-estima As frases 10, 18, 37 e 49 demonstram o processo de realidade transcorrendo, quando a nadadora observa o período de estagnação sem a nítida compreensão, então, dos motivos que a imobilizavam.</p> <p>5 – Aspectos psicossomáticos A frase 43 demonstra as sensações positivas corporais dos competidores. A presença na prova deve ser plena. Os aspectos físicos e psíquicos se completam, dando a sensação de controle para o atleta, das suas funções e execuções.</p> <p>6 – Conscientização e clareza As frases 1, 5, 7, 8, 9, 11, 13, 15, 16, 19, 20, 25, 30, 31, 32, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 43, 45, 46 e 47 apontam para uma compreensão do processo como um todo. Ele é lento e deve ser conduzido no ritmo de entendimento do sujeito para que se efetive de forma consistente.</p> <p>7 – Negação e conflitos As frases 2, 4 e 41 demonstram dúvidas e insegurança. A retomada da confiança competitiva demanda também retorno gradual. A fragilidade é esperada nesse período de recondução.</p> <p>8 – Situação depressiva Não houve nenhuma manifestação relacionada a esta categoria</p> <p>9 – Euforia As frases 3, 12, 14 e 50 mostram componentes de euforia não somente pelos resultados em relação ao tempo, mas, no caso, pela forma de apresentação no ambiente competitivo como um todo. O <i>estar</i> na competição de forma plena.</p> <p>10 – Dúvida e insegurança As frases 42, 44 e 48 se alternam com as categorias anteriores. É esperado que o atleta em fase de reestrutura alterne pensamentos com componentes positivos e negativos. À medida em que sua segurança e seus propósitos vão se solidificando e os objetivos voltando para as execuções, espera-se que os pensamentos positivos assumam maiores proporções.</p>

O QUADRO 8 contém algumas falas referentes à percepção da nadadora quanto a sua participação de número 19, na prova dos 100 metros nado peito, quando registrou a marca de 1'14"88 num campeonato nacional, obtendo a primeira colocação.

QUADRO 8– Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a compreensão dos fatos esportivos conflituosos vivenciados

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
01. não estou acreditando 02. pelo jeito que eu nadei as outras competições esse tempo todo 03. acho que foi mais a confiança 04. é isso, desta vez foi a confiança 05. de acreditar na competição 06. não pensei no resultado 07. eu sei que eu podia nadar e até melhorar 08. isso fez a diferença 09. nesta eu entrei mais competitiva 10. eu estava mais confiante 11. mais determinada 12. nas outras eu competia para não piorar o tempo 13. eu já ia pensando assim 14. dava tudo errado 15. a sensação era muito ruim 16. foram anos 17. sentia muito medo 18. eu fui determinada em me sentir bem nadando 19. acho que desta vez eu cai na água como se não tivesse as outras competições 20. sem ficar pensando nas outras 21. foi muito diferente 22. eu fui pensando que ali sairia o melhor se eu nadasse forte 23. não fiquei naquela confusão 24. deu certo 25. era como se eu estivesse só nadando 26. eu me senti mais leve para nadar 27. parece que está mais fácil 28. é muito diferente 29. estou mais leve 30. acho que estou entendendo melhor as coisas 31. eu não via nada 32. não sinto mais aquele aperto no peito 33. estou feliz de novo com a natação	Falas referentes ao período competitivo da fase D 1 – A projeção para o passado A frase 20 traz os conteúdos passados sem a conotação de pesar, onde o trânsito da nadadora surge com outro contexto. Sem pesar, sem conotação de perda. 2 – A ansiedade Não houve manifestação relacionada a esta categoria 3 – O automatismo A frase 23 que aparece também na categoria conscientização e clareza, aqui denota os níveis de ansiedade pré-competitiva que acompanhavam a nadadora em competições anteriores, notadamente na fase C quando a mesma desencadeava um mecanismo de defesa psicológico que a conduzia para o processo automático. 4 – Frustração e auto-estima As frases 15, 16, 17 e 31 dão indícios de sensação de perda e pesar. A frase 31 foi pronunciada demonstrando forte sentimento de culpa pela não compreensão, naquelas ocasiões do processo de imobilização motivado pelos conflitos de objetivos esportivos. 5 – Aspectos psicossomáticos As frases 26, 29 e 32 evidenciam um melhor controle da situação pré-competitiva e competitiva. As sensações corporais resultantes do estresse competitivo demonstram estar sob um melhor controle. A frase 32 denota o quanto de angústia acompanhou, por um longo período, compreendido por duas temporadas e meia, a nadadora nos eventos competitivos.

QUADRO 8– Exemplos de alguns dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a compreensão dos fatos esportivos conflituosos vivenciados (continuação)

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
	<p>6 – Conscientização e clareza As frases 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 18, 19, 21, 22, 23, 27, 28, 30 e 31 evidenciam um progressivo entendimento que passou a ocorrer na medida em que a nadadora ia tomando consciência de todo o processo em que estava envolvida. A frase número 30, dita com ênfase e entusiasmo o quando o quadro vinha evoluindo de forma positiva, como os resultados, postura competitiva e motivação nos treinamentos mostravam naqueles momentos.</p> <p>7– Negação e conflitos Não houve manifestações relacionadas a esta categoria</p> <p>8 – Situação depressiva Não houve manifestações relacionadas a esta categoria</p> <p>9 – Euforia As frases 24, 30 e 33 sugerem visível estado de euforia quando a nadadora relatou as suas observações referentes ao processo pela qual vinha passando. Durante as entrevistas os gestos, expressões, tom da voz, respiração, o olhar, são observados pois, a fala não é um simples relato dos fatos. O seu conteúdo está repleto de emoções e sentidos. A fala não é solta e tão somente um relatório.</p> <p>10 – Dúvida e insegurança As frases 1 e 23 mostram que esses componentes da categoria 10 acompanham todo o processo. Observa-se que a nadadora vinha apresentando uma progressão positiva nas suas dúvidas e inseguranças, principalmente com relação ao futuro.</p>

O QUADRO 9 contém algumas falas referentes à percepção da nadadora quanto a sua participação de número 20, na prova dos 100 metros nado peito, quando registrou a marca de 1'14"68 num campeonato estadual, obtendo a primeira colocação.

QUADRO 9 – Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a transição compreensiva da nadadora

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<p>01. desde aquela bendita competição em 2000 02. eu vinha competindo com muita pressão 03. era terrível 04. muita carga 05. muita cobrança 06. de todos 07. minha também 08. esse tempo todo 09. só eu sei como foi esses anos 10. agora que eu percebo 11. foi muito duro 12. não ia 13. treinava, treinava e não ia 14. o pior é que eu não percebia 15. que merda 16. desde 1999 só me senti bem em duas ou três competições 17. eu fingia que estava me sentindo bem 18. as competições iam chegando e eu senti um aperto no peito 19. acho que ficava meio angustiada 20. incomodava 21. não tinha ânimo 22. eu ia lá e já sabia o que eu ia sentir 23. o que eu ia passar 24. tudo de novo 25. mesmo antes da competição eu já sabia o que ia acontecer lá na hora 26. eu não conseguia nadar 27. no aquecimento as vezes estava legal 28. na prova dava tudo errado 29. fazia tudo sem sentir na prova 30. saber que está treinada e não conseguir 31. agora tem sido diferente 32. eu sinto a água 33. percebo tudo o que está acontecendo 34. tenho melhor controle da prova 35. no banco de espera me controlo melhor 36. não dá o branco 37. me incomodava saber que eu estava preparada e não conseguia competir 38. parto para cima das meninas 39. me dá raiva 40. sinto que estou mais forte quando estou com raiva</p>	<p>Falas referentes ao período competitivo da fase D</p> <p>1 – A projeção para o passado As frases 1 e 16 mostram certa mudança de referência com relação à competição registrada nesse trabalho como número 9. A nadadora passou a referir-se à competição, até então referencial, com um certo nível de desprezo. Essas reações são esperadas tendo vista o processo de reorganização dos objetivos esportivos voltados para o alto rendimento. O componente raiva ficou evidente.</p> <p>2 – A ansiedade As frases 18 e 35 evidenciam os níveis elevados de ansiedade enfrentados pela nadadora nas competições.</p> <p>3 – O automatismo Não houve manifestações relacionadas a esta categoria</p> <p>4 – Frustração e auto-estima As frases 1, 8, 14, 15, 22, 23, 24, 26, 28, 30 e 39 demonstram frustração e impotência quanto ao controle da situação e do tempo de existência.</p> <p>5 – Aspectos psicossomáticos As frases 18 e 29 evidenciam situações incontroláveis que acompanhavam a nadadora durante esse período conflitivo. Um aspecto positivo dentro da seqüência de entrevistas psicológicas foi a clareza e naturalidade que essas questões eram abordadas.</p> <p>6 – Conscientização e clareza As frases 2, 3, 4, 5, 6, 7, 14, 32, 33, 34, 38 e 40 dão claros indícios da retomada do controle pré-competitivo e competitivo pela nadadora. As frases 34 e 38 demonstram claras mudanças de atitudes competitivas.</p> <p>7- Negação e conflitos As frases 12, 13, 17 e 30 apontam para situações conflituosas. A citação 17 expõe claramente o elevado nível de conflito experienciado pela atleta.</p> <p>8 – Situação depressiva As frases 9, 11, 19, 20 e 21 demonstram a tendência depressiva que se evidenciava no processo. A frase 21 evidencia essa situação.</p>

(continua)

QUADRO 9 – Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à Fase D que evidenciam a transição compreensiva da nadadora. (continuação)

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
	<p>9 - Euforia Não houve manifestação relacionadas a esta categoria</p> <p>10 – Dúvida e insegurança As frases 25, 27 e 37 denotam as situações de insegurança. Frases como a de número 37 estiveram sempre presentes durante todo o processo desse estudo. Isso evidencia o bloqueio competitivo desenvolvido pela atleta.</p>

7.3.5 A apreensão e compreensão: o processo de interação

No QUADRO 10 foram selecionadas algumas falas referentes à apreensão e compreensão da nadadora com relação a todo o processo conflitivo por ela vivenciado, em todo o período compreendido entre a 09^a. e 20^a. atuações competitivas. Esse período centralizou as atenções desse estudo, tendo em vista as alterações comportamentais apresentada pela nadadora tanto na fase pré-interventiva como, principalmente, na fase pós-interventiva.

O entendimento por parte da atleta e mesmo pelo pesquisador, foi sendo construído ao longo desse processo. Em muitos momentos, várias questões foram refeitas, possibilitando uma ampliação do entendimento da questão da temporalidade e interinidade das performances esportivas e mesmo do ser campeão.

A construção dos sentidos não ocorreu linearmente. Idas e vindas nas vivências vão consolidando um grande painel de fatos que permitiram, então, uma grande figura com algum sentido. Aí talvez resida a interação e o encontro autêntico dos sujeitos que falam-e-ouvem numa só sintonia. A sintonia da compreensão.

O QUADRO 10 condensa falas retiradas de vários encontros que ocorreram ao longo da pesquisa. Elas representam vários momentos marcantes dessa caminhada de despedida e reordenamento. Despedir-se não significa abandonar e sim abrir espaço na possibilidade de ser. É a espiral em movimento ascendente.

QUADRO 10 – Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à compreensão de todo o processo de intervenção

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<p>01. eu não sabia o que acontecia 02. o mais difícil é compreender que a gente tem que esquecer o resultado da competição 03. partir para outro 04. acho que tem que partir para outro como se fosse a primeira 05. deve buscar outro objetivo 06. eu vivia pensando naquele resultado 07. já era e eu não percebia 08. eu treinava e lembrava daquela situação 09. ela nunca voltou 10. para mim era a única referencia 11. me sentia presa 12. eu tinha que melhorar de qualquer jeito 13. eu ia em busca do que eu tinha feito 14. as séries nos treinos mostravam que eu estava melhor 15. mas chegava na competição 16. era sempre igual, eu me sentia mal 17. eu não conseguia reagir 18. era sempre difícil 19. na hora ficava tudo automático 20. que doidera 21. dava uma fraqueza 22. eu achava que não ia fazer o que eu já tinha feito 23. me desanimava 24. quase sempre chorava 25. é difícil perceber que as coisas acontecem com a gente 26. agente nem percebe 27. agora consigo perceber 28. eu estava presa naquela situação lá longe 29. em várias 30. eu só ficava pensando naquela lá 31. que ódio 32. burra 33. agora é como se fosse a primeira 34. desencano logo depois que nadei 35. vou para competir 36. acho que consegui isolar 37. demorou 38. eu estou cem por cento 39. nem tática de prova eu levo das outras 40. tudo novo 41. me preparo para cada competição diferente 42. é cada momento 43. sem angústia</p>	<p>A Liberdade da fala, da escuta e do entendimento O reordenamento dos sentidos aparecem nesse quadro de forma mais evidente. A nadadora foi desvelando os sentidos e reordenando os significados. De forma resumida mostra os pontos mais marcantes do processo conclusivo. A expansão das categorias se fizeram necessárias para a cooptação de sentidos reordenado e reelaborados</p> <p>1 – A projeção para o passado As frases 2, 6, 8, 13, 28, 29 e 30 denotam referência ao passado. A frase número 28 evidencia o movimento psicológico de tentativa de permanência e/or retorno à situação prazerosa.</p> <p>2 – A ansiedade A frase 63 mostra que altos níveis de ansiedade podem bloquear a relação consciente das ações. Essas situação levam às atuações automatizadas.</p> <p>3 – O automatismo A citação 19 marca de forma clara o automatismo. Recorrente, sempre esteve presente nas entrevistas psicológicas.</p> <p>4 – Frustração e auto-estima As frases 9, 15, 16, 18, 24, 31, 32, 51, 66, 68 e 72 mostram situações de frustração e baixa-estima principalmente nas frases 24 e 32 respectivamente. Situações de frustração e baixa-estima podem desencadear processos depressivos.</p> <p>5 – Aspectos psicossomáticos As frases 21, 44, 46, 47, 48, 50, 54, 56, 60, 70, 71, 76 e 77 mostram que os aspectos psicossomáticos estão associados às sensações corporais. A sensibilidade é importante para os aspectos técnicos da locomoção aquática natatória. O nadador deve estar em sintonia com o ambiente aquático para melhor tracionar. Estados elevados de ansiedade podem alterar aspectos técnicos importantes do gesto motor. A frase 56 relaciona-se com o processo de visualização. Essa técnica visa uma preparação psicológica antecipada das ações. Alterações somáticas podem ser observadas nesse processo de preparação psicológica competitiva. Por exemplo, alteração no ritmo cardíaco podem ser verificadas nesse procedimento.</p>

(continua)

QUADRO 10 – Exemplos de dados significativos das entrevistas psicológicas referentes à compreensão de todo o processo de intervenção. (continuação)

Falas significativas	Falas, sentidos e categorias
<p>44. mais leve, bem mais leve 45. ansiedade sob controle 46. respiro melhor 47. sem aperto no peito 48. eu consigo sentir a prova de um jeito melhor 49. é muito bom 50. agora eu sinto a água 51. acho que agora eu estou acreditando mais 52. eu me lembro bem de cada braçada da prova 53. estou nela o tempo todo 54. mas quando a gente está nadando bem dentro da prova a gente não sente dor 55. eu me imagino na competição nadando bem 56. dá até para sentir a prova antes 57. passo um filme 58. começo a nadar antes do tiro 59. já saio no ritmo 60. sinto o meu estilo melhor 61. é só imaginar antes que fica mais fácil 62. dá mais segurança e força 63. antes não lembrava de nada 64. nunca percebi isso 65. porque 66. é tudo muito louco 67. to legal 68. até a facu (faculdade) melhorou 69. to noutra 70. a minha alimentação melhorou 71. não conseguia manter o peso 72. tem tudo haver 73. estou mais leve não só no peso 74. consigo dormir legal 75. acordo descansada 76. minha força melhorou 77. nunca percebi nada 78. demorou para entender tudo isso</p>	<p>6 – Conscientização e clareza As frases 2, 3, 4, 5, 7, 10, 14, 25, 27, 34, 37, 38, 52, 57 e 78 demonstram uma fala mais clara. As frases 52, 57 e 78 destacam essa evidência.</p> <p>7 – Negação e conflitos As frases 11, 12, 20, 22, 64 e 77 relacionam-se com os conflitos. A frase 77 mostra um processo de resistência referente aos conflitos e frustrações.</p> <p>8 – Situação depressiva As frases 23, 45, 70, 71 e 74 dão indícios da situação de estresse e depressiva vivenciada pela atleta e a compreensão dos fatos.</p> <p>9 - Euforia As frases 33, 49 e 67 foram ditas num momento de tranquilidade e clareza da nadadora. Expressou sensação de alívio e conforto.</p> <p>10 – Dúvidas e insegurança As frases 01, 17, 26, 62 e 65 mostram o quanto se alternam as sensações. A frase 62 mostra que a segurança está atrelada, em parte, à conscientização e clareza da capacidade de execução.</p> <p>11 – Determinação uma situação nova dentro do processo de intervenção. A determinação é uma das características do processo competitivo. A clareza de objetivos evidenciam o “para que” das execuções. Determina-se para as ações.</p> <p>12 – Despedida e redimensionamento As frases 34, 35, 39, 40, 42, 43, 68, 69, 73 e 78 denotam mudanças comportamentais após o entendimento das situações de aprisionamento psicológico e as relações emocionais com os fatos vivenciados. A frase 78 sintetiza todo o percurso da despedida e do redimensionamento referentes aos objetivos esportivos e aos seus conflitos.</p>

8 PERSPECTIVAS CONCLUSIVAS

O presente trabalho parte nas suas perspectivas conclusivas iniciais observando algumas das palavras de FENICHELL (1998, p. 3). Ao dizer que: "...quanto à influência do ambiente, este deve ser investigado em por menor, em sua prática...; não existe "psicologia do homem" em sentido geral, num vazio, por assim dizer; o que existe é uma psicologia do homem em certa sociedade concreta e em certo lugar social dentro desta...e que certamente não são só as frustrações e as reações às frustrações que são socialmente determinadas; o que um ser humano deseja é também determinado pelo seu ambiente cultural..." o autor provoca uma reflexão sobre a necessidade de um olhar ampliado quando se tenta compreender as razões e motivos que levam determinada pessoa agir de uma certa forma. Embora a psicologia no campo esportivo tenha um propósito voltado às performances, não se pode ignorar o atleta esta inserido num sistema social composto por várias nuances.

Análises preliminares mostravam, nos seus primeiros momentos, que os conteúdos emocionais contidos nas questões vivenciadas pela atleta surgiriam de forma significativa e que esses mesmos conteúdos não se ateriam e tão somente às questões esportivas. As primeiras entrevistas já se caracterizaram como um processo de intervenção. Isso comprova a relevância do papel da psicologia no campo esportivo, com meio investigativo das questões evidentes, num primeiro momento, que interferem negativamente nas performances esportivas. Essas questões do campo esportivo podem coabitar com questões mais profundas, quase sempre não tão claras.

O ser atleta, embora aparentemente surja como completude, o ser humano pleno é que se configura numa dimensão inimaginável quando se refere às suas possibilidade de ser. Olhar para esse período da existência – *atleta* - não deve se estreitar somente para as questões pontuais como se o contexto não importasse. Embora os atletas personifiquem o mito do herói (forte, imbatível, imortal), são, por vezes, tais suas excepcionalidades, figuras frágeis, especiais e delicadas. Possuidores de sensibilidades que os excepcionam, levam aqueles que pretendem compreendê-los, reportarem-se a um também ambiente especial: o mundo esportivo das competições de performances.

As respostas comportamentais se diferenciam entre os indivíduos assim como os gestos executados. A cada momento pode surgir uma configuração, um sentido, um significado. Isso talvez justifique, psicologicamente, o “re-tornar” aos campos, quadras, pistas e piscinas desses especiais atores. Na realidade eles nunca retornam. Partem sempre para uma nova configuração das suas existências: o sempre buscar por novas marcas. “Tornam-se” assim, possuidores de novas histórias.

Nesse estudo de caso que permitiu o acompanhamento de um período do ser-atleta de uma nadadora, mostrou o quanto é possível o re-significar dos sentidos que podem impedir o desenvolvimento e o próprio continuar das práticas esportivas competitivas. Conflitos de objetivos podem ser comuns no ambiente da alta performance, tendo em vista o forte sentido dos mesmos. Os resultados esportivos, permanentemente perseguidos, não e tão somente pelos atletas e treinadores, mas, por todo o entorno envolvido no fenômeno, podem aprisionar a figura principal e impedir os seus desenvolvimentos. Talvez nesses momentos, o papel da psicologia esportiva também se justifique.

A prática esportiva deve compor uma relação saudável entre o atleta, o ambiente e o seu entorno. Essa relação deve permanecer ao longo do seu viver. Seja ela no período de execução máxima de performance, seja ela, principalmente, na manutenção da qualidade da sua saúde.

Com relação à Fenomenologia como embasamento teórico no campo da psicologia esportiva, ela mostrou-se eficaz no que se refere às condutas investigativas, não só das questões pontuais intervenientes às performances do meio esportivo do alto rendimento, mas como uma possibilidade ampliada para o entendimento do ser atleta.

Com referência à proposta da pesquisa que busca uma questão pontual relacionada aos conflitos de objetivos esportivos, os preceitos teóricos da Psicologia Existencial Fenomenológica mostraram-se eficazes no processo investigativo e psicológico-interventivo.

Faz-se necessários entretanto, um aprofundamento das pesquisas nessa proposta teórica no campo da psicologia esportiva, bem como uma ampliação da bibliografia especializada no ambiente esportivo do alto rendimento que discutam

propostas de intervenções, mediante estudos de casos, conforme propõem DAWAR e HORN (1992) e DALE (1996).

9 Sugestões para estudos futuros

Seguindo as palavras de CRITELLI (1996, p. 25) de que “não se sai em busca da compreensão de um fenômeno tentando aplicar sobre ele uma mesma resposta já sabida sobre o mesmo”, tem-se como sugestão e a esperança que esse estudo de caso motive novas investigações nas questões dos objetivos esportivos uma vez que, em nenhum momento teve-se a pretensão de esgotar o assunto. Entender a alta performance passa necessariamente pela formação e aperfeiçoamento das condutas esportivas. Embora as atenções, invariavelmente, se voltem para às performances máximas, a modalidade natação permite com que indivíduos ainda muito jovens se iniciem em suas práticas competitivas. Muitas das condutas comportamentais e dos aspectos psicológicos que impedem o continuar ou mesmo o despontar dos grandes talentos, talvez residam na iniciação esportiva cujo modelo nem sempre é adequado aos iniciantes. O resultado esportivo, em muito depende de uma formação adequada. As individualidades devem ser observadas de maneira criteriosa, via metodologia científica.

Aí se encaixa a psicologia, como auxiliar nessa trajetória: desde a formação ainda quando criança, à idade adulta, onde as sucessões de experiências parecem respaldar as excelências dos grandes resultados esportivos.

O atleta ao atingir um objetivo, seja ele qual for, parece ser-lhe necessário que se despeça, tão logo possível de tais feitos, sem, contudo, perder a essência dos seus significados existenciais. Compreender que a construção de novos resultados esportivos ocorrem mediante sucessões de experiências vivenciadas, num *continnu* de propósitos que permitem com que a espiral do ser ascenda e embale o (re)tornar.

REFERÊNCIAS

AMATUZZI, M. M. **Apontamentos acerca da pesquisa fenomenológica: estudos e psicologia**. Campinas, v. 13, n. 1, p. 5-10, 1996.

ANGERAMI-CAMON, V. A. **Psicoterapia fenomenológico-existencial**, São Paulo: Ed. Pioneira, 2002.

ARNHEIM, D. & PRENTICE, W.E. **Princípios de treinamento atlético**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

BAILLIE, P.H.F. & DANISH, S. J. Understanding the career transition of athletes. **The Sport Psychologist**. Champaign, v. 6, n. 1, p. 77-98, 1992.

BANDURA, A. **Social learning theory**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977.

_____. **Social foundation of thought and action: a social cognitive theory**. NJ, Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1986.

_____. Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. **Journal of Applied Sport Psychology**. Champaign, v. 50, n. 1, p. 154, 1990.

BANDURA, A. & CERVONE, D. Self-evaluation and self-efficacy mechanisms governing the motivational effects of goal systems. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 45, n.8, p. 1017-1025, 1983.

BARBANTI, J. V. **Teoria e prática do treinamento desportivo**. São Paulo: Edgard Blücher, 2ª. Ed., 1983.

BICUDO, M. A. V. A contribuição da fenomenologia à educação. In: COELHO, I. M., GARNICA, A.V. M., BICUDO, M. A. V. & CAPPELLETTI, I. F. **Fenomenologia: uma visão abrangente da educação**. São Paulo: Olho d'água, 1999, p. 11-51.

BIDDLE, S. J. H., MARKLAND, D., GILBOURNE, D., CHATZISARANTIS, N. L. D., & SPARKES, A. C. Research methods in sport and exercise psychology: Quantitative and qualitative issues. **Journal of Sports Sciences**. Champaign, v. 19, n. 6, p. 777-809, 2001.

BLEGER, J. **Temas de Psicología: entrevista e grupos**. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

BORDINI, M. G. **Fenomenologia e Teoria Literária**. SP, EUSP, 1990, p. 54.

BRUSTTAD, B.J. Integration socialization influences into the study of children's motivation. **Journal of sport and exercise psychology**. Champaign, v. 14, n. 1, p. 59-77, 1992.

BUCETA, J. M. La intervención conductual en lo deporte de competición: Aprendizaje-eliminación de comportamientos técnicos y Preparación de la competición. In: G. Buela y V. E. Caballo (eds.) **Manual de psicología Clínica Aplicada**. Madrid: Siglo XXI, 1991, cap. 4.

_____. Intervención psicológica em deportes de equipo. **Revista de Psicología General y Aplicada**. Madrid, v. 48, n. 1, 1995.

_____. **Psicología del entranamiento deportivo**. Madrid: Editorial Dykinson, 1998.

BURTON, D. Goal setting: a secret to success. **Swimming World** p. 25-29, fev. 1984.

CARVALHO, A. S. **Metodologia da Entrevista: uma abordagem fenomenológica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Agir, 1991, p. 16.

CERRONE, D.; JIWANI, N. & WOOD, R. Goal setting and the differential influence of self-regulatory process on complex decision making performance. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 61, n. 2, p. 257-266 1991.

CHASE, M., LIRGG, C. & FELTZ, D. Do coaches's efficacy expectations for their teams performance? **The Sport Psychologist**. Champaign, v. 11, n. 1, p. 8-23, 1997.

COUNSILMAN, J.E. **Competitive swimming manual for choaches and swimmers**. Indiana: Counsilman, 1977.

CRATTY, B. J. **Psicologia no Esporte**. 2 ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1984.

CRITELLI, D. M. **Analítica do sentido: uma aproximação e interpretação do real de orientação fenomenológica**. São Paulo: EDUC: Brasiliense, 1996.

CULVER, D. M., GILBERT, W. D., & TRUDEL, P. A decade of qualitative research in sport psychology journal: 1990-1999. **The Sport Psychologist**, Champaign, v. 17, n. 1, p. 1-15 2003.

CRUZ, J. F. **Um modelo de investigação e intervenção psicológica na alta competição**. Braga: Universidade do Minho, 1996.

DABROWSKI, K. **Multilevelness of emotional and instinctive functions**. Lublin: Towarzystwo Naukowe. Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, 1996.

DALE, G. Existencial Phenomenology: Emphasizing the Experience of the Athlete in Sport Psychology Research. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.10, n. 2, p. 307-321, 1986.

DANISH, E. J., PETIPAS, A. J. & HALE, B. D. Live development interventions for athletes: Life skills through sports. **The Counseling Psychologist**. Champaign, v. 21, n. 2, p. 352-358, 1993.

DAWAR, A. & HORN, T. A critical analysis of knowledge construction in sport psychology. In T. Horn (Ed.), **Advances in sport psychology**. Champaign. IL.: Human Kinetics Publishers, 1992, p. 13-22.

DE ROSE JÚNIOR, D. Considerações sobre a participação da criança no processo competitivo. In: Simpósio de Psicologia do Esporte, 1992, São Paulo. **Anais...** São Paulo: EFE/EEFE, 1992. p. 26-33.

DREHER, M. Qualitative research methods from the reviewer's perspective. In J. M. Morse (Ed.), **Critical issues in qualitative research methods**. Thousand Oaks, CA: Sage, 1994, p. 281-297

EARLEY, C. & LITUCHY, T. Delineating goal and efficacy effects: a test of three models. **Journal of Applied Psychology**. Champaign, v. 76, n. 1, p. 81-98, 1991.

ELLITT, B. & MESTER, J. **Treinamento no esporte: aplicando ciência no esporte**. Guarulhos, Phorte Editora, 2000.

EPIPHANIO, E. H. **Psicologia do esporte e desenvolvimento humano: um estudo exploratório junto a uma equipe feminina de vôlei**. 2001. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.

ERIKSON, E. **Childhood and society**. New York: Norton, 1950.

_____. **Identidade e Crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1972.

FADIMAN, J. & FRAGER, R. **Teoria da personalidade**. São Paulo: Harbra, 1986.

FEIJÓ, O. G. **Psicologia para o esporte: corpo & movimento**. 2. ed. Rio de Janeiro: Shape, 1998.

FEIJOO, A. M. L. C. A psicoterapia em uma perspectiva fenomenológico-existencial. In: Valdemar Augusto Angerami-Camon (organizador) **Psicoterapia fenomenológico-existencial**.. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002, p. 131.

FENICHEL, O. **Teoria psicanalítica das neuroses: fundamentos e bases da doutrina psicanalítica**. São Paulo: Atheneu, 1998, p. 3

FERREIRA, A.B.H. **Novo Dicionário Aurélio Séc. XXI: versão eletrônica 3.0**. São Paulo: Nova Fronteira, 1998.

FINA. **Federation Internationale de Natatio: rules & Regulations: 2002-2005**. Disponível em: <<http://www.fina.org>> Acesso em: 02.abr.2003.

FORGHIERI, Y. C. **Psicologia Fenomenológica: fundamentos, método e pesquisas**. São Paulo: Pioneira, 1997.

FRAGATA, J. **Problemas da fenomenologia de Husserl**. Braga: Livraria Cruz, 1962.

FRANÇA, C. **Psicologia fenomenológica: uma das maneira de fazer**. Campinas: Unicampe, 1989, p. 39

GARRET, A. **A entrevista, seus princípios e métodos**. 5. ed. Rio de Janeiro: Agir, 1967.

GILBERT, W. D., TRUDEL, P., & HAUGHIAN, L. Interative decision making factors considered by coaches of youth ice hockey during games. **Journal of Teaching in Physical Education**. Champaign, v. 18, n. 2, p. 290-311, 1999.

GIORGI, A. **Phenomenology and Psychological Research**. Pittsburg: Duquesne University Press, 1985.

_____. A Phenomenological Perspective on Certain Qualitative Research Methods. **Journal of Phenomenological Psychology**, Boston, v. 25, no. 2, p. 190-220, 1994.

GOULD, D. Estabelecimento de metas para el maximo rendimento. In: J. Williams (Ed.), **Psicologia Aplicada al Deporte**, Madrid: Biblioteca Nueva, 1991, cap. 10.

GOULD, D. & EKLUND, R. The application of sport psychology for performance optimizations. **Journal of Sport Science**. Champaign: v. 1, n. 1, p. 10-21 1991.

GOMES, W. B. **O Eidético e o Empírico na Psicologia Fenomenológica: Estudos de Psicologia**. Campinas, no. 2 e 3, ago/dez, 1985.

_____. O Critério Metodológico da Fenomenologia Estrutural na Análise de Depoimentos. **Psicologia, Reflexão e Crítica**, 4(1/2), 1989, p. 98-102.

_____. **Fenomenologia e Pesquisa em Psicologia**. Porto Alegre: Ed. Universidade/UFRGS, 1998, p. 22, 31.

GORBUNOV, G.D. **Psicologia del deporte**. Moscou: VIPO, 1988.

GRANEL L, J. C., CERVERA, V. R. **Teoria e planejamento do treinamento desportivo**. In: **Aproximação à Teoria do Treinamento Desportivo**. São Paulo: Artmed, 2003, cap. 1.

HACKFORT, D. & SPIELBERGER, C. **Anxiety in sports: an international perspective**. The series in health psychology an behavioral medicine. Edited by Dieter Hachfort and Charles D. Speilberger, 1989. (LOCAL???)

HAMILTON, G. **Teoria e Prática do Serviço Social de Casos**. RJ: Agir, 5ª. ed., 1982.

HARDY, L. A catastrophe model of performance in sport. In J. Jones and L. Hardy (Eds.), **Stress and performance in sport**. New York: John Wiley & Sons, 1990.

HOLANDA, A. F. Pesquisa Fenomenológica e Psicologia Eidética: Elementos para um Entendimento Metodológico. In: Maria Alves de Toledo Bruns & Adriano Furtado Holanda (Org.), **Psicologia e pesquisa fenomenológica: reflexão e perspectivas**, São Paulo: Ômega, 2001, p. 36, 41.

HORN, T. S. **La teoria de la profecia autocumplida: cuando las expectativas del entrenador se hacen realidad**. In: Jean M. Williams, *Psicología Aplicada al Deporte*, cap. V. Ed. Biblioteca Nueva, Madrid, 1991, p. 108-129.

LAPLANCHE, J. **Vocabulário da Psicanálise/laplanche e pontalis**. São Paulo: Martins Fontes, 1991, p. 89.

LAZARUS, R. S. How emotions influence performance in competitive sports. **The sport Psychologist**. Champaign, v. 14, n. 2, p. 229-252, 2000.

LESYK, J. J. **Developing sport psychology within your clinical practice: a practical guide for mental health professionals**. São Francisco: Jossey-Bass Inc, 1998.

LOCKE, E. A. Problems with goal-setting research in sports and their solution. **Journal of Sport & Exercise Psychology**. Champaign, v. 8, n. 2, 311-316, 1991.

LOCKE, E. A.; FREDERICK, E.; LEE, C. & BOBCO, P. Effect of self efficacy, goals and task strategies on task performance. **Journal of Applied Psychology**. Champaign, v. 69, n. 2, 241-251, 1984.

LOCKE, E. A.; LATHAM, G. L. The application of goal setting to sport. **Journal of Sport Psychology**. Champaign, v. 7, n. 2, p. 205-222, 1985.

McPHERSON, B.D.; CURTIS, J.E.; LOY, J.W. **The social significance of sport: an introduction to the sociology of sport**. Champaign, IL, Human Kinetics, 1989.

MAGLISCHO, E. W. **Swimming even faster**. California: Mayfield, 1993.

_____. **Swimming fastest**. Champaign: Mayfield, 2003.

MALINA, R. Competitive youth sports and biological maturation. In: E.V. Brown and C.F. Banta (ed). **Competitive sport for children and youth: an overview of research and issues**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1988, p. 227-245

MARTENS, R. Science, knowledge, and sport psychology. **The Sport Psychologist**. Champaign, v.1, n. 1, p. 20-55, 1987.

MARTENS, R., CHRISTINA, R. W.; HARVEY, J. S. JR.; SHARLEY, B. J. **Coaching Young Athletes**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1981.

MARTENS, R.; VEALEY, R.; BURTON, D. **Competitive anxiety in sport**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1990.

MATVÉEV, L. **Fundamentos del entrenamiento deportivo**. URSS: Ed. Ráguda, 1983.

MAY, R. **Psicologia Existencial**. Porto Alegre, Ed. Globo, 1976.

NAVARRO, F.; ARELLANO, R.; CARNERO, C.; GOSÁLVEZ, M. **Natacion**. Madrid: Comité Olímpico Español, 1990.

OKUMA, S. S. **O idoso e atividade física**. Campinas: Papyrus, 1998, p. 25.

OLBRECHT, J. **The science of winning: planning, periodization and optimizing swim training**. Luton: Swimshop, 2000.

PEREIRA, J.C.R. **Análise de dados qualitativos: estratégias metodológicas para as ciências da saúde, humanas e sociais**. São Paulo, 3. ed, ed. EDUSP, 2001.

PLATONOV, V.N.; FESSENKO, S.L. **Los Sistemas de entrenamiento de los mejores nadadores del mundo**. Barcelona: Paidotribo, 1994, V. 1.

RAPOSO, J. J. B. V. **Manual de treinos para a definição de objetivos**. FPN (Federação Portuguesa de Natação). Vila Real: UTAD, 1994.

ROSENTHAL, R. & JACBSON, L. **Pygmalion in the classroom: teacher expectations and pupil's intellectual development**. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1968.

RUNKEL, P. J. & McGRANTH, J. E. **Research on Human Behavior: a systematic guide do method**. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1972.

SCHLOSSBERG, N. K. A model for analyzing human adaptation to transition. **The Counseling Psychologist**, Champaign, v. 9, n. 1, p. 2-18, 1981.

SIMÕES, A. C. & DE ROSE JÚNIOR, D. Psicossociologia aplicada ao esporte: contribuição para a sua compreensão. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 13, p. 88-94, 1999.

SINCLAIR, D. A. & ORLICK, T. Positive transition from high-performance sport. **The Sport Psychologist**. Champaign, v. 7, n. 1, p. 138-150, 1993.

SOLOMON, G., STRIEGEL, D., ELIOT, J., HEON, S. & MAAS, J. The self-fulfilling prophecy in college basketball: Implications for effective coaching. **Journal of Applied Sport Psychology**. Champaign, v. 8, n. 1, p. 44-59, 1996.

SMITH, D. J.; NORRIS S. R.; HOGG, J. M. Performance Evaluation of Swimmers. **International Journal of Sport Medicine**, New York, v. 32, n. 9, p. 199-204, 2002.

SMITH, R.E. Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. **Journal of Sport Psychology**. Champaign, v. 8, n. 1, p. 36-50, 1986.

_____. The logic and design of case study research. **The Sport Psychologist**, 2, 1988, p.1-12

STAMBULOVA, N. B. Developmental sport career investigations in Russia: a post-perestroika analysis. **The Sport Psychologist**, Champaign, v. 8., n. 3, p. 221-237, 1994

_____. Carrer transitions of Russian athletes. In R. Vanfraechem-Raway & Y. Vanden Auweele (Eds.), **Proceeding of the IX European Congress on Sport Psychology**, Brussels: [s.n.], 1995, p. 867-872.

_____. Athletes's crises: a developmental perspective. **Journal of Sport Psychology**, Champaign, v. 31, n. 4, p. 584-601, 2000.

TAYLOR, J. & OGILVIE, B. C. A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. **Journal of Applied Sport Psychology**. Champaign, v. 6, n. 1, p. 1-20, 1994.

TUBINO, M. J. G. **Metodologia Científica do Treinamento Desportivo**. 2. ed., São Paulo: IBASA, 1979.

VEALEY, R. Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. **Journal of Sport Psychology**. Champaign, v. 8, p. 221-246, 1986.

_____. Future directions in psychological skills training. **The Sport Psychologist**. Champaign, v. 2, p. 318-336, 1988.

_____. Sport personality: A paradigmatic and methodological analysis. **Journal of Sport and Exercise Psychology**. Champaign, v. 11, n. 2, p. 216-235, 1989.

_____. Personality in sport: a comprehensive view. In T. Horn (Ed.), **Advances in Sport Psychology**. Champaign, 1992, p. 23-59.

VEALEY, R., KING, M. & HALLING, S. An introduction to existential phenomenological thought in psychology. In R. V. Halling & A. S. Halling (Eds), **Existential phenomenological perspectives in psychology**. New York: Plenum Press, 1989, p. 3-16.

VERKHOSHANSKI, Y. V. **Treinamento Desportivo: teoria e metodologia**. Porto Alegre: ARTMED, 2001.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

WHELAN, J. P.; MEYERS, A. W. & DONOVAN, C. Competitive recreational athletes: a multisystemic model. In: MURPHY, S. M. **Sport psychology interventions**. Champaning: Human Kinetics, 1995. cap. 5.

WILKE, K. & MADSEN, O. **El entrenamiento del nadador juvenil**. Buenos Aires: Stadium, 1986.

WILLIAMS, J. M. **Psicologia Aplicada al Deporte**. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991.



1934 - 2004

70
anos

Of. CEP 00205/EEFE/06012005

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO⁹³
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

Parecer CEP - Projeto nº 80

Prezado Senhor

Pelo presente, informo que o Comitê de Ética em Pesquisa da EEFE-USP, em reunião ordinária de 22/12/2004, apreciou o projeto de pesquisa intitulado "Objetivos esportivos e os conflitos psicológicos em nadadores de elite: um estudo exploratório fenomenológico como proposta de intervenção - estudo de um caso" sob sua responsabilidade, e considerou-o aprovado.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Carlos Eduardo Negrão
Presidente do CEP
EEFE-USP

Ilmo. Sr.
Prof. Dr. Dante De Rose Júnior
Departamento de Esporte
EEFE-USP

ANEXO 2 – Termo de consentimento livre e informado ao atleta**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
Escola de Educação Física e Esporte**

Prezada Atleta

Estamos realizando uma pesquisa para avaliar questões psicológicas relacionadas aos Objetivos Esportivos, que possam interferir negativamente nas performances de atletas da modalidade natação, praticada no alto rendimento, sob orientação do Prof. Dr. Dante de Rose Júnior.

Caso concorde, sua participação consistirá de entrevistas psicológicas esportivas referentes às questões relacionadas aos aspectos psicológicos do seu esporte, acompanhamento dos desempenhos nas sessões de treinamento e principais competições.

Estaremos lhe oferecendo as devolutivas de forma cuidadosa, bem como a possibilidade, caso do seu interesse, de darmos seqüência às orientações, por mais de uma temporada esportiva anual.

Deixamos claro que será preservada sua identidade e confiabilidade das informações fornecidas e que, a qualquer momento, terá a liberdade de interromper sua participação e retirar-se do estudo, caso assim desejar.

Declaro que, após convenientemente esclarecido pelo pesquisador e ter entendido o que me foi exposto, consinto em participar do presente estudo no campo da psicologia esportiva, bem como a publicação especializada dos dados.

Em ____ de _____ de 2001.

João Carlos Teixeira de Souza Barros
Psicólogo Pesquisador
CRP- 06/49069-0 - RG - 7874612

Sujeito da Pesquisa
RG -