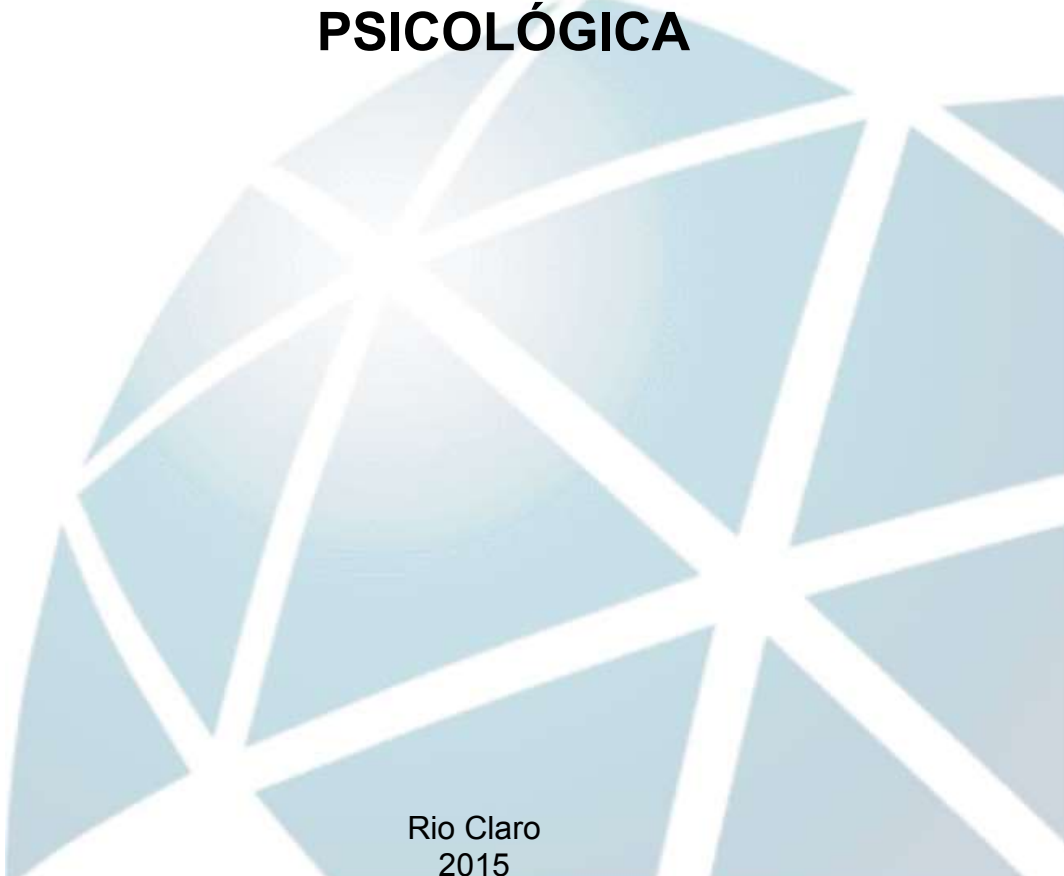

EDUCAÇÃO FÍSICA

YURI DE CÂNDIO VAZ

**O TÊNIS DE MESA: UMA REVISÃO DE
LITERATURA DO ESPORTE E UMA
ANÁLISE ENTRE AUTORES DA
PSICOLOGIA SOBRE SUA PREPARAÇÃO
PSICOLÓGICA**



Rio Claro
2015

YURI DE CÂNDIO VAZ

**O TÊNIS DE MESA: UMA REVISÃO DE LITERATURA DO
ESPORTE E UMA ANÁLISE ENTRE AUTORES DA PSICOLOGIA
SOBRE SUA PREPARAÇÃO PSICOLÓGICA**

NORMANHA LIMA

Orientador: PROF. DR. LUIZ AUGUSTO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Instituto de Biociências da Universidade
Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” -
Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau
de bacharel em Educação Física

Rio Claro
2015

796.342 Vaz, Yuri de Candio
V393t O tênis de mesa : uma revisão de literatura do esporte e
uma análise entre autores da psicologia sobre sua preparação
psicológica / Yuri de Candio Vaz. - Rio Claro, 2015
49 f. : il.

Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação
Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de
Biotecnologia de Rio Claro

Orientador: Luiz Augusto Normanha Lima

1. Tênis (Jogo). 2. Esporte. 3. Treinamento. I. Título.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha mãe e toda minha família que me deram todo o respaldo necessário e energias para continuar sempre crescendo na vida.

A todos meus amigos e amigas que de alguma forma passaram e contribuíram em minha trajetória na faculdade, em especial os meus amigos (irmãos) das repúblicas CATOTA e Santa Pirikita, nas quais me orgulho em ter morado e ter o símbolo das duas gravado em mim.

Um agradecimento muito grande ao meu amigo e orientador Prof. Dr. Luiz Augusto Normanha por tudo que me proporcionou de bom durante minha trajetória na UNESP – Rio Claro.

Por fim, Agradeço a UNESP, a República Lago Acampamento Ltda., A Liga InterUnesp e a Associação Atlética Acadêmica Ayrton Senna da Silva que me proporcionaram anos de muito crescimento profissional e aprendizado, além dos inúmeros amigos.

RESUMO

O presente estudo busca estabelecer quais as teorias que sustentam a preparação psicológica em praticantes de tênis de mesa. Para tal foram utilizadas as seguintes abordagens: Histórico do esporte no Brasil e no mundo; Ensino/aprendizagem; Método japonês; Método alemão; Método sueco; O método de iniciação nacional; A prática em si; Formações técnica e física; Aspectos psicológicos no tênis de mesa; Concentração; Ansiedade; Motivação. Com relação a preparação psicológica, esta pesquisa de revisão de literatura foca mostrar quais as teorias que sustentam esta preparação no tênis de mesa, através de uma revisão a cerca dos principais movimentos das psicologias dos séculos XIX e XX: o estruturalismo, a psicologia de William James, o funcionalismo, o behaviorismo, a psicologia dinâmica e a psicanálise. Ao estabelecer as teorias obtém-se o respaldo da preparação psicológica como é vista por pessoas ativas no esporte, proporcionando uma visão geral de dois pontos principais: qual a importância da preparação psicológica dos mesa-tenistas e como essa preparação está no meio esportivo, tanto no Brasil quanto no mundo.

Palavras chave: Tênis de mesa, psicologia, concentração, ansiedade, motivação.

SUMÁRIO

1 – INTRODUÇÃO.....	06
2 - OBJETIVO.....	09
2.1 – Material.....	09
2.2 - Método	09
3 – REVISÃO DE LITERATURA.....	10
3. 1 – Histórico do esporte no mundo e no Brasil.....	10
3.2 - O Ensino e a aprendizagem.....	12
3. 2.1 – Método Japonês.....	13
3. 2.2 – Método Alemão.....	13
3. 2.3 – Método Sueco.....	13
3. 2.4 – O método de iniciação nacional.....	14
3. 3 – A prática em si.....	14
3. 4 – Formações técnica e física.....	16
3. 5 – Aspectos psicológicos no tênis de mesa.....	18
3. 5.1 – Concentração.....	18
3. 5.2 – Ansiedade.....	19
3. 5.3 – Motivação.....	23
3.6 – Quais as teorias psicológicas que sustentam estes autores que apresentam a preparação psicológica no tênis de mesa?.....	23
3.6.1 – O estruturalismo.....	24

3.6.2 – A psicologia de William James.....	26
3.6.3 – O funcionalismo.....	29
3.6.4 – O behaviorismo.....	32
3.6.5 – A psicologia dinâmica.....	36
3.6.6 – A psicanálise.....	40
4 – CONCLUSÃO.....	44
5 – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45

1 - INTRODUÇÃO

O tênis de mesa é um jogo para duas ou quatro pessoas, normalmente, realizado em recintos fechados. As raquetes são usadas para rebater uma pequena e leve bola para o outro lado da mesa. Esta mesa é dividida por uma rede, no qual o objetivo é conseguir pontos, realizando determinados golpes com a bola, de forma que o adversário não seja capaz de rebatê-la (HARST et al., 1990). O esporte é tido como o segundo esporte de raquete mais rápido do mundo, com uma velocidade máxima de 160 Km/h e 90 giros por segundo, ficando atrás apenas do badminton (GHIZI, 2002). O mesmo é tido como o segundo esporte mais inteligente do mundo, sendo o título de esporte mais intelectual dado ao xadrez (MARTINS e CAMARGO, 1999).

As regras do tênis de mesa passam por constantes atualizações e modificações de acordo com a experiência das entidades dos países membros da International Table Tennis Federation (ITTF) em congressos realizados a cada dois anos.

No ano de 2000 foram implantadas grandes mudanças nas regras relacionadas:

1. a bola que aumentou de 38 mm para 40 mm de diâmetro;
2. ao saque que passou de cinco para dois pontos consecutivos com o mesmo sacador;
3. a partida que passou a ser jogada em qualquer número ímpar de sets, constituídos de 11 pontos cada, sendo que antes eram de até 21 pontos.

Outro fator que tem passado por constantes modificações ao longo da história são os equipamentos utilizados no jogo:

- Mesa: Já foi de diversos materiais e tamanhos de acordo com o

ambiente e período da história que estava sendo praticado. Atualmente, existem as mesas fixas de concreto, utilizadas para lazer e as para competição ou treinamentos. Esta consiste em uma superfície plana retangular de 2,74 m de comprimento por 1,525 m de largura e 76 cm de altura. Pode ser feita de qualquer material, na cor escura e fosca, produzindo um pique uniforme de bola padrão oficial (aprovada pela ITTF); apresentando uma linha branca de 2 cm de largura em toda a sua volta. Para os jogos de duplas, a mesa é dividida em duas partes iguais por uma linha branca de 3 mm de largura, no sentido do comprimento (CBTM, 2014).

- Rede: Já foi formada por livros, cordas amarradas ou o que estivesse ao alcance. De acordo com a ITTF a rede tem 183 cm de comprimento e altura de 15,25 cm e toda sua parte inferior deve estar em contato com a superfície de jogo.

- Bola: Também passou por diversas modificações, sendo inicialmente feitas de cortiça. Atualmente, deve ser feita de celulósido ou plástico similar, nas cores branca ou laranja, fosca, pesando 2,7 g e com o diâmetro de 40 mm (CBTM, 2014).

- Raquete: No começo eram feitas por madeira, papelão ou tripa de animal, cobertas algumas vezes por cortiça, lixa ou tecido. De acordo com a Confederação Brasileira de Tênis de Mesa (CBTM, 2014), a raquete pode ser de qualquer tamanho, forma ou peso e constituída de madeira natural em 85% do material. A superfície utilizada para bater na bola deve ser coberta por borracha com pinos para fora, apresentando uma espessura máxima de 2 mm, ou por uma borracha “sanduíche”, com pinos para fora ou para dentro, apresentando uma espessura máxima de 4 mm. A superfície não utilizado para bater na bola deve compor uma cor diferente da borracha e a raquete deve ter duas cores diferentes em seus lados, podendo estes serem preto e vermelho.

- Vestimenta: Camisa, shorts e saias podem ser de qualquer cor, exceto quando uma bola branca está em uso, onde somente a gola e as mangas da camisa podem ser brancas. Porém, se a bola utilizada em jogo for de cor laranja,

somente as partes da vestimenta, citadas anteriormente, podem apresentar cor laranja (CBTM, 2014).

Existem, basicamente, três formas de empunhadura que os praticantes de tênis de mesa podem adotar: a clássica ou ortodoxa, caneta e “classineta”. Na empunhadura clássica o praticante utiliza os dois lados da raquete, um para o *forehand* e outro para o *backhand*. Na caneta o atleta segura a raquete como se estivesse segurando uma caneta, ele utiliza somente um lado da raquete, adequando o movimento para alcançar a bola em qualquer lugar da mesa sempre utilizando a mesma face da raquete. Na classineta ele segura a raquete como se estivesse segurando uma caneta, porém utiliza as duas faces para rebater a bola.

As diversas formas de segurar a raquete garantem vantagens na facilidade de execução e efetividade dos golpes, tanto na execução de jogadas com efeito (para baixo, para cima e lateral), quanto nas batidas utilizadas durante uma partida: Saque, *forehand*, *backhand* ou *shoto*, *smash*, bloqueio, *drive* de velocidade, *drive* de efeito, flick ou “harau” e *slice* ou “cozinha”.

A respeito da dinâmica do tênis de mesa, trata-se de uma atividade altamente variada, onde é preciso combinar habilidades como velocidade e explosão, com tempo de reação e capacidade de prever as ações do adversário, fazendo com que os atletas atuem sobre um alto conteúdo emocional. Nizetich (2001) reafirma isso ao relatar que trata-se de um jogo repleto de conflitos e tensão psicológica, num contexto em que um jogador procura descobrir quais são as intenções do adversário sem revelar as suas, em um contínuo esforço para tomar iniciativa do jogo.

2 - OBJETIVO

O objetivo desta pesquisa é fazer uma revisão de literatura na qual o tema refira-se ao tênis de mesa com as seguintes abordagens: Histórico do esporte no Brasil e no mundo; Ensino/aprendizagem; Método japonês; Método alemão; Método sueco; O método de iniciação nacional; A prática em si; Formações técnica e física; Aspectos psicológicos no tênis de mesa; Concentração; Ansiedade; Motivação. Com relação a preparação psicológica, esta pesquisa de revisão de literatura foca mostrar quais as teorias psicológicas que sustentam esta preparação psicológica no tênis de mesa.

2.1 – MATERIAIS.

Os materiais utilizados foram livros, revistas científicas ou não, web sites e artigos acadêmicos publicados na internet e análise de vídeos.

2.2 – MÉTODO.

O método consiste em uma revisão literária e a análise, crítica e comparativa, dos textos existentes sobre autores que relatam e abordam a temática do tênis de mesa e das teorias da psicologia..

3 - REVISÃO DE LITERATURA

Atualmente existe um consenso entre os envolvidos na prática do tênis de mesa de que a preparação psicológica é parte fundamental na formação de qualquer atleta, bem como as habilidades físicas, técnicas e táticas. Apesar dessa afirmação, é possível observar que poucos técnicos esportivos estão introduzindo programas para desenvolver estas habilidades psicológicas nos atletas (ORLICK, 1986).

Nota-se certo receio por parte dos técnicos em aplicar, ou criar, programas de treinamento psicológicos em seus treinamentos. Isso ocorre devido a alguns fatores como: falta de um especialista em Psicologia do Esporte na equipe; falta de confiança em trabalhar com programas eficazes de treinamento que otimiza as habilidades psicológicas, por não terem passado por experiências adequadas para tal aplicação e; grande abordagem de aspectos teóricos dos fenômenos psicológicos presentes nos livros, de forma que não deixam claro como aplicá-los.

3.1 – HISTÓRICO DO ESPORTE NO MUNDO E NO BRASIL

A criação do tênis de mesa não é consenso entre os pesquisadores do assunto. A maioria dos estudiosos segue a teoria que o esporte surgiu a partir de oficiais do exército colonial inglês, em serviço na Índia. Os militares eram fissurados pelo tênis, mas as altas temperaturas no país impossibilitavam a prática do esporte, de forma que eles improvisaram uma espécie de “tênis de mesa” a fim de que pudessem praticá-lo à sombra.

Outro grupo de estudiosos acredita que o esporte surgiu na Europa em razão da diferenciação socioeconômica, como uma opção para as classes sociais de menor nível econômico, levando em consideração que o tênis de quadra é um

esporte extremamente elitizado.

No começo o tênis de mesa, ou pingue-pongue (como era popularmente conhecido), era praticado conforme o que estava ao alcance dos praticantes. As raquetes, por exemplo, poderiam ser feitas de madeira, papelão, tripa de animal, cadernos, caixas de charuto ou coisas similares. Dessa maneira, a prática do esporte foi crescendo, mundialmente. Por volta de 1900 a empresa inglesa J. Jaques registrou a marca, fato esse que, também, ocorreu nos Estados Unidos quando a *Parker Brothers* patenteou o nome ping pong e começou a fabricar, em larga escala, os equipamentos para o jogo e, a partir daí, o esporte difundiu-se mundialmente.

Outro marco importante da história do tênis de mesa data de 1926, quando foi fundada, em Londres, a International Table Tennis Federation (ITTF), em um congresso do qual participaram representantes da Áustria, Inglaterra, Alemanha, Hungria, Tchecoslováquia e Suécia. Esta federação tomou medidas drásticas com relação ao jogo, como, por exemplo, estabeleceu regras de tempo, dando maior rapidez ao jogo e quebrando sua monotonia, ao exigir maior força de ataque (MARINOVIC et al., 2006).

No começo do século XXI, cerca de 150 associações eram filiadas a ITTF, muitas delas com centenas de milhares de jogadores, como a antiga URSS, com mais de um milhão, e a China, com mais de 10 milhões de praticantes (UZORINAC, 2001). Tais números constataram que o tênis de mesa é o segundo esporte mais praticado no mundo e, em 1988, foi-lhe concedida a condição de Esporte Olímpico (CBTM, 2014).

No Brasil, a prática do esporte teve início em 1905, através de turistas ingleses. Em 1912, foi realizado o primeiro campeonato por equipes na cidade de São Paulo e o tênis de mesa continuou sendo praticado com altos e baixos no país. Finalmente, em 1942 foi aprovada a tradução das regras e assinado o convênio que levou à oficialização do Tênis de Mesa pela Confederação Brasileira de Desporto (CBTM, 2014).

O Brasil participou de um campeonato oficial em 1947, juntamente com Chile, Paraguai, Argentina, Uruguai e Bolívia (Campeonato Latino-Americano). A partir daí, surgiram grandes nomes do tênis de mesa no país, sendo Ubiraci Costa (Biriba), o primeiro.

Em 1961, Biriba, com apenas 15 anos, venceu o atual campeão mundial da época, Jun Kuo-Tan. Desde então, o Brasil já consagrou diversos campeões na América do Sul. Dentre os principais campeões Sul-americanos na categoria principal estão: Ubiraci Costa - Biriba (1958, 1960 e 1964), Ricardo Inokuchi (1974, 1976, 1978, 1980 e 1984), Cláudio Kano (1982, 1986, 1988, 1990, 1992, 1994) e Hugo Hoyama (1998 e 2000). No feminino, temos Nackma Cruz (1957 e 1958) e Emiko Takatatsu (1960 e 1967), como os destaques.

Atualmente, o esporte está organizado em 22 Federações Estaduais com mais de 5.000 atletas filiados a CBTM. O tênis de mesa brasileiro é detentor de uma longa hegemonia na América Latina, sendo o único esporte que possui o registro de quatro vitórias consecutivas em competições por equipe nos Jogos Pan-americanos (CBTM, 2014).

3.2 – O ENSINO E A APRENDIZAGEM

Marteniuk (1976), afirma que as habilidades devem ser ensinadas do mais simples para o mais complexo. Além disso, é importante levar em consideração que o processo de aquisição de qualquer habilidade motora é um processo contínuo e progressivo (CORBIN 1980; TANI et al., 1988).

Os longos anos de experiências teóricas e práticas no tênis de mesa, nos mostram que existem vários caminhos para iniciarmos as crianças e jovens na prática desta modalidade esportiva. Desenvolvemos, adaptamos e copiamos vários métodos de treinamento para a iniciação. Desde os métodos asiáticos, que eram os únicos conhecidos e aplicados no Brasil, até 1986/87, quando iniciamos um intercâmbio mais estreito com a Europa, destacando-se então, o método japonês, passando pelo sueco e o alemão (MARTINS, 1996).

3.2.1 – MÉTODO JAPONÊS

O método japonês é baseado na repetição, na disciplina, na técnica absolutamente correta, devido a cultura japonesa ser pautada em “uma disciplina militar”. Os iniciantes têm uma evolução lenta e gradual, com a parte técnica muito intensa, já que há repetição nos treinamentos. Porém, pode-se notar que falta capacidade de improvisação, variabilidade de movimento e táticas de jogo, que é fundamental aos praticantes do tênis de mesa, devido a alta imprevisibilidade do esporte.

3.2.2 – MÉTODO ALEMÃO

O método alemão é baseado no desenvolvimento dos sentidos e coordenação das crianças e jovens. Os praticantes são estimulados a experimentar várias situações diferentes, ganhando uma boa consciência corporal. Todo processo de aprendizagem é feito através de um programa rígido na parte técnica, com tarefas variadas e muita movimentação na forma de mini-jogos e competições adaptados para a realidade do treino. Por apresentar aspecto técnico muito rígido, a experimentação dos alunos é limitada.

3.2.3 – MÉTODO SUECO

É um método de iniciação criativo e harmonioso, que proporciona uma grande liberdade de experimentação técnica aos iniciantes, aliada ao desenvolvimento da percepção motora. Os treinadores suecos incentivam seus alunos a descobrirem seus golpes preferidos (perto ou longe da mesa, com efeito, ou bolas rápidas, etc.) e vivenciar as mais diversas situações técnicas e táticas, criando assim seu próprio estilo de jogo.

3.2.4 – O MÉTODO DE INICIAÇÃO NACIONAL

No Brasil, durante muito tempo foram aplicados métodos orientais, baseados na repetição. Esses métodos têm se mostrado não tão eficientes. Prova-se isto ao observar os resultados obtidos pelo Japão nos últimos 20/30 anos, sendo que foi um país que detinha uma hegemonia no esporte há 50 anos atrás. O Brasil, atualmente, está bem mais vinculado à prática do tênis de mesa dos países europeus; primeiramente em uma troca de experiências com a Suécia e, mais recentemente, com Portugal.

No país ainda existem muitos treinadores que acreditam que os iniciantes devem priorizar a repetição para que consigam ataques potentes e, conseqüentemente, garantir bons resultados nas competições. Esses treinadores não levam em consideração o fato de o atleta ser iniciante, e provavelmente, enfrentará alguém com maior qualidade, que irá tomar as ações ofensivas do jogo, impossibilitando os ataques potentes treinados exaustivamente e trazendo resultados negativos. Contudo, isto gera reflexões sobre a prática do esporte em si, desde a iniciação até o nível avançado.

3.3 - A PRÁTICA EM SI

Um estudo conduzido por Li (1996) teve como propósito definir um índice técnico a ser utilizado para estabelecer objetivos de treinamento e diagnosticar deficiências técnicas a serem melhoradas. Isto foi aplicado na campeã olímpica de 1988 (Chen Jing) e as medidas, obtidas através de uma filmadora, foram: a) a porcentagem de ataques que proporcionaram pontos conseguidos quando servindo ou na fase de ataque após o serviço (1ª e 3ª bolas no ponto); b) a porcentagem de recepções que proporcionaram ponto na fase de recepção do saque (2ª e 4ª bolas no ponto); c) a porcentagem de pontos conquistados no *rally* ou na fase de ataque

mútuo (5ª bola em diante). Em todas as etapas do estudo a atleta apresentou maior aproveitamento nas fases “a” e “b” em comparação a fase “c”, o que mostra que seu ponto forte é terminar o jogo até a 4ª bola. Esse tipo de estudo é altamente recomendado para se estabelecer um perfil do seu atleta, traçando suas características de acordo com o resultado apresentado, e a partir daí, montar seu cronograma de treinamento baseado nas deficiências apontadas pelo estudo e também, em conjunto com o aluno, definir a melhor tática a ser utilizada nos jogos (dar preferência para finalizar o ponto rapidamente ou não).

Pensando na preparação de atletas para competições, dois importantes estudos desenvolvidos por Gentile (1972) e Summers (1989), trazem um modelo pedagógico para a prática do tênis de mesa. Ambos defendem que o ensino de habilidade ocorre em dois estágios. Primeiramente, é preciso fornecer uma base técnica para o atleta no que diz respeito aos movimentos. A partir do sucesso no primeiro estágio, o atleta pára o estágio de fixação/diversificação, onde por meio da variabilidade de prática, o atleta adquire um programa de jogo diversificado e ao mesmo tempo consistente.

No período de competições observa-se a grande importância de aspectos psicológicos que serão discutidos, posteriormente, neste estudo.

Todavia, retomando-se a importância do treinador para a carreira do aluno nota-se que, na competição, características como a rivalidade e a comparação de desempenho estão presentes o tempo todo. Gill (1986) tenta suavizar o termo competição afirmando que “a competição, por definição, se refere àquela direcionada a um rendimento, e não à rivalidade”. Porém, podemos analisar uma influência direta dos componentes da competição na sociedade atual, baseada na rivalidade, onde o campeão é uma pessoa de sucesso. O treinador tem que trabalhar, cuidadosamente, tais aspectos mostrando que o atleta pode se orgulhar de uma vitória quando trabalhou para isso, da mesma forma que o atleta que perdeu não precisa se envergonhar pelo resultado se houve empenho nos treinos e na competição.

3.4 – FORMAÇÕES TÉCNICA E FÍSICA.

A formação técnica do praticante está presente desde o momento que ele começa a praticar o esporte. O programa de treinamentos será responsável por proporcionar ao atleta o aprendizado de cada movimento de forma correta e consistente, permitindo que os mesmos obtenham um repertório de movimentos eficazes, essenciais para a obtenção de resultados satisfatórios na partida (MARINOVIC et al., 2006).

Aliado a esse repertório de movimentos, o atleta deve aprender em quais momentos devem ser usado determinado fundamento. Por exemplo: ao aprender o *smash*, o treinador deve deixar claro para o aluno em quais situações do jogo ele irá aplicá-lo, e assim se segue todo o treinamento.

A seguir apresentam-se as principais técnicas presentes no tênis de mesa:

- Saque: A bola deve estar na palma da mão aberta e deve ser lançada a 16 cm de altura no mínimo. O sacador só pode bater na sua trajetória descendente e a bola deverá tocar primeira no campo do sacador, passar sobre a rede sem tocá-la e tocar no campo do recebedor, iniciando a disputa pelo ponto.
- Batida de *forehand*: Rebatida com a palma da mão voltada para frente (lado direito em destros e lado esquerdo em canhotos). É composto por um movimento de preparação (balanço para trás) e o movimento de golpear a bola (balanço para frente). O movimento deve ser realizado com amplitude mediana e curvatura leve.
- Batida de *backhand* ou *shot*: Rebatida com a palma da mão para trás, composto pelos mesmos movimentos presentes no *forehand*.
- *Smash* (popularmente conhecido como “cortada”): É um movimento realizado

com grande amplitude e pequena curvatura, normalmente, utilizado para finalizar um ponto quando a bola vem muito acima da rede. Há grande transferência de peso do corpo da perna direita para a esquerda, além da rotação do tronco, realizando o movimento de ataque com muita força.

- Bloqueio: Movimento de bloquear um ataque adversário, aproveitando a velocidade e efeito exercido por este. Movimento realizado com pequena amplitude e curvatura.
- *Drive* (popularmente conhecido como “puxada”): Movimento no qual a bola é “raspada” de forma a exercer grande quantidade de efeito para cima.
- *Flick* ou *harau*: Movimento de ataque utilizado em bolas curtas, com pequena amplitude e pouca curvatura.
- *Slice* ou “cozinhada”: Rebatida com movimento descendente, aplicando efeito para baixo na bola. Um fundamento normalmente defensivo.

O atleta pode combinar efeitos na aplicação de seus movimentos. Basicamente, existem três tipos de efeitos: para baixo (*backspin*), para cima (*topspin*) e lateral (*sidespin*). Pode haver a combinação de mais de um tipo de efeito a algum movimento, estratégia utilizada por jogadores mais habilidosos.

A preparação física no tênis de mesa começou a ter grande importância com a invenção das raquetes que produzem muito efeito e, principalmente, das “colas rápidas” que possibilitaram imprimir grande velocidade à bola, exigindo assim, atletas, mais bem preparados fisicamente.

Segundo Verkhoshanski (2001), na atividade desportiva não há uma capacidade que caracterize a atividade, mas sim um conjunto específico de muitas capacidades. Essas capacidades interagem entre si, atribuindo a característica da modalidade e moldando a forma de como ela é desenvolvida. Hernández (2014) consultou diversos especialistas (jogadores, técnicos e preparadores físicos) e determinou que as capacidades motoras mais importantes no tênis de mesa são: velocidade de reação, velocidade de movimento, potência e orientação espacial.

3.5 - ASPECTOS PSICOLÓGICOS NO TÊNIS DE MESA

Existem diversos aspectos psicológicos presentes no tênis de mesa, desde a iniciação no esporte aos treinamentos intensos, períodos competitivos e assim por diante. Nessas fases podemos observar a motivação, ansiedade, frustração, o medo de errar, tensão muscular, atenção e concentração, “tremor e excesso de suor nas mãos” por conta do nervosismo, dentre outros aspectos que podem surgir a qualquer momento da carreira do atleta. Para facilitar a compreensão, esses aspectos serão divididos em três blocos: Concentração, ansiedade e motivação. Além desta divisão, a revisão de literatura será apresentada na sua especificidade, a saber, a preparação psicológica no tênis de mesa. Em seguida serão apresentadas as correntes teóricas psicológicas que sustentam esta preparação, ou seja, a preparação psicológica no tênis de mesa esta respaldada em algumas teorias psicológicas e o interesse neste estudo é apresentá-las.

3.5.1 – CONCENTRAÇÃO

Segundo Davies e Armstrong (1989), concentração é a capacidade de manter o foco de atenção em dicas ou estímulos ambientais relevantes para um desempenho satisfatório e a exclusão total de todos os estímulos ambientais irrelevantes. Neste mesmo contexto afirma-se que o uso de palavras-chave e diálogo interno instrutivo pode lembrar o atleta a se concentrar como, por exemplo, o fato de dizer “Preste atenção!” Para si mesmo.

Existem variadas formas de treinar e melhorar a concentração, como o ensaio mental das jogadas, exercícios de respiração, rituais como secar a mão na mesa ou dar “pulinhos” antes de se preparar para a recepção. Cabe ao treinador identificar quais ferramentas se encaixam no perfil de seu atleta e trabalhá-las.

Quanto mais o atleta treinar sob condições adversas, melhor preparado ele

estará para lidar com essas condições durante a competição (WEINBERG e GOULD, 2001). Sendo assim, o treinador tem que proporcionar o maior número possível de estímulos ambientais para que o atleta esteja sempre preparado para manter o foco de atenção em estímulos relevantes e excluir os irrelevantes.

Nideffer (1981; 1993) classificou o foco de atenção relacionado ao desempenho esportivo em quatro categorias:

- I. *Foco de atenção externo amplo*: permite que uma pessoa perceba diversas ocorrências simultaneamente.
- II. *Foco de atenção externo restrito*: ocorre quando o atleta deve ficar sob o controle de um determinado estímulo.
- III. *Foco de atenção interno amplo*: refere-se a pensamentos que ocorrem na ausência de estímulos externos óbvios.
- IV. *Foco de atenção interno restrito*: refere-se a situações em que uma habilidade esportiva fica sob controle de uma deixa específica.

Durante um jogo o atleta passa por essas quatro categorias (I – Quando precisa determinar que golpe utilizar e onde rebater a bola, levando em consideração a posição do adversário e a trajetória da bola; II – ao se preparar para receber o saque, o mesa-tenista se concentra exclusivamente no adversário; III – No intervalo entre *sets* o jogador pode rever, mentalmente, o *set* anterior e traçar um planejamento para o próximo; IV – Quando o atleta percebe que está com a musculatura tensa por estar ansioso e não consegue executar o movimento de forma efetiva), o que reforça ainda mais a afirmativa de que o treinador deve proporcionar as mais diversas variáveis no treinamento para que o atleta atinja um ótimo desempenho durante as competições.

3.5.2 – ANSIEDADE

Ansiedade é um tema pouco abordado nas referências do tênis de mesa.

Contudo, Cury (2013) trabalha com uma abordagem muito interessante sobre ansiedade, pautada na análise da Síndrome do Pensamento Acelerado, que tem como principal causa o excesso de informação. Ele afirma que, no passado, o número de informações dobrava-se a cada dois ou três séculos; hoje, dobra-se a cada ano. Isso acaba levando a retração de duas funções vitais para o sucesso social, profissional e afetivo: pensar antes de agir e a habilidade de colocar-se no lugar do outro (empatia). Uma forma fácil de testar a aplicabilidade dessa tese é nos perguntarmos: Quantas pessoas sofrem por antecipação? Se pensarmos que a maioria das nossas preocupações sobre o futuro não será concretizada (ou ocorrerão de outra forma), chegamos a conclusão que esse sofrimento é desnecessário, além de acarretar em outras conseqüências como doenças psicossomáticas, comprometimento da criatividade e do desempenho intelectual global, deterioração das relações pessoais e trabalho em equipe.

Para aproximar esse conteúdo a prática do tênis de mesa deve-se entender melhor alguns conceitos como a afirmação de que a construção de pensamentos é multifocal. O que significa que, de acordo com a Teoria da Inteligência Multifocal, construímos pensamentos não apenas porque queremos construí-los conscientemente, pela decisão do Eu, mas, também, por meio de outros três fenômenos inconscientes: gatilho da memória, janelas da memória e o autofluxo. De forma simplificada, podemos explicar esses fenômenos da seguinte forma:

- O Eu: é o centro da personalidade, o líder da psique ou da mente, o desejo consciente, a capacidade de autodeterminação e a identidade fundamental que nos torna seres únicos;
- Gatilho da memória: é o primeiro fenômeno que se apresenta ao entrarmos em contato com cada estímulo extrapsíquico (luz, sons, estímulos táteis), intrapsíquicos (imagens mentais, desejos, emoções) e orgânicos (substâncias metabólicas, drogas psicoativas). Ele atua em milésimos de segundos e é quem abre as janelas da memória, ativando a interpretação imediata e a consciência instantânea;
- Janelas da memória: são áreas de leitura da memória num determinado

momento existencial. São arquivos em que o Eu, o gatilho e o autofluxo se ancoraram para ler, utilizar as informações e construir o mais incrível dos fenômenos: o pensamento. Existem janelas do tipo killer (traumáticas ou zona de conflito), light (prazer, exemplos saudáveis) e neutras. O autor explica, metaforicamente, que nossa memória seria a cidade, enquanto as janelas seriam as residências. O que define as características da personalidade seriam os bairros, sendo que pessoas desequilibradas, como, por exemplo, usuários de drogas, apresentam muitos bairros Killer em sua cidade, e isso torna cada vez mais difícil reverter sua condição, pois todas as vezes que o gatilho busca alguma janela a chance de encontrar alguma killer é grande. A pessoa deve reurbanizar sua cidade para modificar bairros com esgoto a céu aberto, casas em ruínas (bairros killer), transformando-os em bairros neutros ou light. Isso se deve porque a memória não apaga nenhuma janela, mas é capaz de reeditá-las;

- Autofluxo: Enquanto o Eu faz uma leitura lógica, dirigida e programada da memória, o autofluxo faz uma varredura inconsciente, aleatória, não programada dos mais diversos campos da memória, produzindo pensamentos, imagens mentais, idéias, fantasias, desejos e emoções. O maior objetivo desse fenômeno é produzir fonte de entretenimento, criatividade, distração, motivação e inspiração.

Foi apontado que o excesso de informações é a principal causa da SPA, ou seja, o excesso de informação torna-se algo descartável, inútil, além de prejudicar a ousadia, capacidade de observação e a assimilação. Atletas ou praticantes de atividades esportivas que vivem na saga de se informar cada vez mais, que não são seletivos, esmagam sua originalidade e sua criatividade. Essas pessoas devem aprender a fazer com que o Eu gerencie os seus pensamentos. Elas libertam seu imaginário, apreciam os movimentos do autofluxo, são criativas, motivadas, inspiradas e também capazes de criticar suas idéias, verdades, crenças.

O Eu gerente faz uma higiene mental diária através de ferramentas como a técnica do DCD (duvidar, criticar e decidir). A dúvida é o princípio da sabedoria na filosofia, a crítica e a autocrítica são os alicerces da sabedoria na psicologia e a determinação estratégica é o princípio da sabedoria na área de recursos humanos.

Outra ferramenta importante é a técnica da mesa-redonda do Eu. A técnica do DCD é feita nos focos de tensão, enquanto a mesa-redonda do Eu é realizada fora do foco de tensão, quando o núcleo killer não está aberto. Conclui-se que a técnica de DCD reedita as janelas killer, e a técnica de mesa-redonda do Eu constrói janelas light paralelas ao redor do núcleo traumático.

Skinner (1965), apud Marinovic, Ilic e Nagaoka (2006) afirma que a ansiedade seria uma resposta emocional resultante da apresentação de um estímulo que antecede um estímulo aversivo, com efeitos no comportamento operante publicamente observável. Altos níveis de ansiedade podem acarretar em dificuldades na hora da competição, tanto de coordenação, causadas pela tensão muscular, como mudanças nos níveis de atenção e concentração (WEINBERG e GOULD, 2001), além de uma relação com a incidência de lesões esportivas, ou retardo no processo de recuperação de uma lesão (BURTON, 1999).

Apesar de estes estudos indicarem que altos níveis de ansiedade interferem negativamente no desempenho esportivo, outros pesquisadores como Oxendine (1970), Weinberg e Hunt (1976) e Landers e Boutcher (1991) chegaram a um olhar diferente a respeito da influência dos altos níveis de ativação. Seus estudos mostram que altos níveis de ativação interferem em tarefas que requerem habilidades complexas, de controle muscular fino, coordenação e concentração, porém, elevados níveis de ativação podem melhorar o desempenho em tarefas de velocidade, aumentando o tempo de reação e garantindo atividades que exigem maior esforço físico e/ou respostas rápidas.

Sendo assim, a revisão de literatura indica que no tênis de mesa os níveis de ansiedade devem ser trabalhados de acordo com as características do seu atleta. Em outras palavras, um atleta com elevados níveis de ansiedade pode alcançar bons resultados com um estilo de jogo rápido, que demanda alta ativação, ao passo que um atleta com níveis baixos de ansiedade, talvez, beneficie-se com um estilo mais lento, priorizando a regularidade de suas batidas. Esse trabalho deve ser feito de forma global, com a intenção de criar inúmeras janelas ligadas ao melhor perfil de níveis de ansiedade que seu atleta se encaixa, com isso, em situações onde é

necessária a decisão imediata da ação o gatilho e todo seu inconsciente irá trabalhar de forma que facilite a ação do Eu em gerenciar suas ações e atitudes durante a competição.

3.5.3 - MOTIVAÇÃO

A motivação é a direção e a intensidade do esforço. Já a direção refere-se à aproximação ou atração das pessoas a certas situações, enquanto que a intensidade se refere a quantidade de esforço que uma pessoa aplica em uma determinada situação (WEINBERG e GOULD, 2001).

Mais uma vez, o papel do técnico é fundamental na formação do atleta. O técnico deve usar táticas, tais como dar broncas para o atleta que recebe bem esse tipo de estímulo. Já em outros casos, o elogio pontual a alguma situação será mais bem assimilado pelo atleta. A apresentação de vídeos e imagens de atletas de alto nível, também, pode ser uma boa tática de motivação. Estudos afirmam que a melhor forma de trabalhar a motivação nos atletas é estabelecer metas, sendo que nesse processo é essencial a participação de técnico e atleta para que as metas não fiquem muito além ou aquém das reais possibilidades do atleta.

3.6 – QUAIS AS TEORIAS PSICOLÓGICAS QUE SUSTENTAM ESTES AUTORES QUE APRESENTAM A PREPARAÇÃO PSICOLÓGICA NO TÊNIS DE MESA?

Num primeiro momento, foi apresentado o que os autores ligados a preparação psicológica no tênis de mesa expõe sobre esta. A seguir será apresentado as teorias da psicologia que embasam e estruturam o saber nesta preparação psicológica do tênis de mesa.

3.6.1. – O ESTRUTURALISMO

Até os primeiros trabalhos de Titchener era notório o distanciamento entre a psicologia vista como ciência, sendo que, a tarefa inicial ao apresentar o seu sistema foi demonstrar que o objeto da psicologia era merecedor de estudo científico. Em seus estudos, ele trabalha a psicologia como a ciência da “consciência” ou “mente”, defendendo que o objeto da psicologia e da física são idênticos, porém as duas se diferem porque encaram o seu objeto comum (o mundo da experiência) sob pontos de vista diferentes.

Titchener iniciou um movimento nos Estados Unidos a fim de fixar o objeto da psicologia isento da metafísica e do senso comum, pautando-se em princípios para diferenciar mente de consciência, afirmando que “A psicologia é uma ciência da experiência e como tal, diferente da metafísica”. Outra preocupação foi em relação ao interesse utilitário do objeto da psicologia: Ele foi abertamente contra o senso comum de que a psicologia existe para trazer auxílio e conforto as “almas doentes”, afirmando que o papel da psicologia é descobrir fatos sobre o seu objeto e compreendê-los.

Assim como Wundt, Titchener sempre utilizava como ponto de referência a consciência do homem adulto, da qual o psicólogo tem imediata consciência. Ambos apresentavam interesse na “mente humana em geral”, mesmo que incluíssem estudos com animais, ou então com seres humanos individualmente, mas sempre com o objetivo de compreender a mente humana em geral, e não altera-la ou compreende-la.

Em seu sistema o método típico é a introspecção, que seria a observação dos conteúdos da consciência. A observação é o método comum a toda ciência, e foi

através da introspecção que ele buscava indicar o que a ciência entende, e o que não entende. Os dois pontos fundamentais de uma boa observação são: a atenção para com o fenômeno e seu registro, e para chegar a esses dois pontos, Titchener defendeu o método experimental em psicologia através de uma observação controlada, sistemática e cuidadosa.

“Um experimento”, diz Titchener, “é uma observação que pode ser repetida, isolada e modificada. Quanto mais se puder repetir uma observação, mais provável será que se possa ver claramente o que nela existe e descrever com precisão o que se viu. Quanto mais rigorosamente se puder isolar uma observação, tanto mais fácil se torna a tarefa de observar, e tanto menor o perigo de sermos desencaminhados por circunstâncias de somenos importância, ou de darmos destaque a um ponto errado. Quanto mais amplamente se puder variar uma observação, tanto mais claramente sobressairá a uniformidade da experiência e haverá maior oportunidade de serem descobertas leis. Todos os elementos da experiência, todos os laboratórios e instrumentos são fornecidos e idealizados com um só propósito em mente: que o estudante seja capaz de repetir, isolar e variar a sua observação”. (E. B. Titchener, *a Text-book of Psychology*, 20).

Toda ciência estabelece três questões em relação ao seu objeto: “O que?”, “Como?”, e “Por que?”. Essa problemática é respondida pela análise (O que?), pela síntese (Como?) e a terceira pergunta investiga a causa. Segundo Titchener, a explicação em psicologia é feita em função do sistema nervoso. E é nessa relação entre a Psicologia e corpo que vemos a primeira aproximação com o estudo acerca do tênis de mesa que está sendo desenvolvido nesse trabalho. O sistema do estruturalismo trouxe um primeiro contato entre Psicologia e ciência, o por mais que seja muito pautado na introspecção e observação da consciência, deu um passo importante para os outros sistemas que virão a seguir, alguns com uma grande influência do corpo em si e das práticas esportivas.

Chegamos então ao fundamento do sistema de Titchener onde a consciência

é o objeto; a relação mente-corpo é o paralelismo; a questão é O que? Como? E Por que? e o método característico é a introspecção. Sua psicologia exerceu grande influência nos Estados Unidos como uma concepção bem definida e como atitude positiva. Titchener não via motivo para mudança e nem expansão radical; costumava afirmar que o seu sistema era “pequeno e certo, pequeno e conciso”. Em meio a todas as mudanças constantes na psicologia norte-americana, era um método com forma e código definidos, desinteressado de propósitos e se sobressaía como ponto de referência fixo e inconfundível.

A Psicologia ensinada por Titchener sofreu muitas oposições, porém é notório que foi o primeiro a conseguir para a psicologia o reconhecimento como ciência, e foi a partir daí que a psicologia norte-americana fez o processo de transição da filosofia mental para a ciência, preocupando menos com valores éticos ao ponto de atentar-se para os fatos como tais. Essa nova psicologia trouxe um distanciamento da forma clássica até então, sendo trabalhada como psicologia experimental, muito mais ligada a experiências em laboratórios e trilhou para novos empreendimentos na psicologia norte-americana não por seu modo de pensar, mas sim protestos contra suas limitações.

Infelizmente, Titchener faleceu antes de concluir o que seria uma exposição final dos princípios básicos de seu método, a obra *Prolegomena*, porém, sejam quais forem as oposições, ele deixou um grande volume de trabalho, principalmente em quatro dos livros didáticos mais famosos de seu tempo: *Outline of Psychology* (TITCHENER, 1909, 1910), *A Primer of Psychology* (TITCHENER, 1898, 1899), *Text-book of Psychology* (TITCHENER, 1909, 1910) e *Begginer's Psychology* (TITCHENER, 1915), sendo o *Text-book* primordial pois encerra a apresentação mais bem elaborada de seu método.

3.6.2. – A PSICOLOGIA DE WILLIAM JAMES

Inicialmente, é importante deixar claro que por mais que William James e

Titchener tenham vivido e produzido na mesma época, suas influências não se encontraram em momento algum, é correto afirmar que são paralelas, mas não sucessivas e nem complementares. James remonta mais a psicologia metafísica e é classificado como uma psicologia de transição, ou seja, ao mesmo tempo em que apresenta sinais da metafísica, é um movimento orientado para a ciência. Foi marcado por ser um autor que se relacionava com outras áreas a fim de complementar seus pensamentos, com destaque para a filosofia e biologia (anatomia), sempre fazendo com que a nova ciência seja psicologia, ao contrário dos interesses de Titchener em fazer da nova psicologia uma ciência.

Enquanto lecionava biologia na escola de medicina de Harvard, iniciou o primeiro laboratório psicológico ao reservar lugar em seu laboratório de anatomia para experiências relacionadas a psicologia. Em sua história nota-se a intensa troca de seus cargos oficiais em Harvard, tendo passado por professor de biologia, professor de filosofia enquanto escrevia seu livro *The Principles of Psychology* (JAMES, 1890), professor de psicologia e após os doze anos que se ocupou da produção de seu livro voltou ao cargo de professor de Filosofia. William James se tornou um tanto embaraçoso para os psicólogos quando após todos os anos de empenho e dedicação a área, começou a se desinteressar pela psicologia, chegou a afirmar que foi apenas uma fase, inclusive chamando de “cienciazinha irritante”, pautado na crença de que todas as perguntas merecedoras de resposta estavam na filosofia.

Foi através da percepção da diferença que James foi tão convicto no reconhecimento do papel do temperamento e das inclinações nas atividades intelectuais. Sem dúvidas, sua personalidade era peculiar e de difícil entendimento para os que dedicaram a estudar suas influências. Essa personalidade era tomada por sentimentos radicalmente democráticos, onde qualquer idéia é digna de ser levada em consideração, qualquer indivíduo é merecedor de atenção e deve ter a oportunidade de manifestar-se e ser reconhecido. Partindo desse ponto de vista, James se encaixa perfeitamente em nossa realidade atual, onde o mundo é tomado por um sentimento de respeito as individualidades, crescimento acelerado de movimentos em apoio a homossexuais, mulheres, pessoas de diferentes etnias,

sempre em busca do respeito as individualidades e o pensamento de igualdade de oportunidades, respeito, e menos pré-conceitos. No âmbito do esporte, esse olhar também é fundamental como podemos observar no tênis de mesa, por exemplo: Uma generalização no processo de ensino e aprendizagem do esporte não é válido pois, assim como James defendia, todo indivíduo deve ter a oportunidade de manifestar-se e ser reconhecido. Os melhores atletas são os que seus técnicos/preparadores sabem muito bem reconhecer as potencialidades e trabalhar muito bem as individualidades de seus atletas, obtendo assim os melhores resultados em comparação aos técnicos que utilizam de métodos mais engessados e menos flexíveis. Esses sentimentos radicalmente democráticos ficam ainda mais explícitos quando observamos que James não fundou uma escola, ele preferia lançar seus pensamentos e incentivar que seus alunos compreendessem e construíssem seus próprios pensamentos, não assumindo os pensamentos de seu professor como uma verdade absoluta.

Ao contrário de Titchener, James não podia aceitar que a psicologia já fosse uma ciência, seguida de uma curta declaração da relação mente-corpo e escrever psicologia. Sempre defendeu que o ponto de partida é a experiência na forma em que se apresenta e que era preciso preparar o terreno antes da psicologia ser debatida. Esse é o formato de seu livro *The Principles* no qual os seis primeiros capítulos preparam o terreno para que posteriormente possa trabalhar aspectos como o seu famoso capítulo sobre o hábito. Nesse capítulo, defende que o nosso sistema nervoso tem a tendência de se modificar de tal forma em cada ação, observando que toda ação torna-se mais fácil do que a anterior. Os métodos de treinamento esportivo se apóiam nessa linha de pensamento apresentada por James, onde é correto afirmar que o hábito tem influência direta tanto em aspectos técnicos do treinamento, como também em aspectos psicológicos como Ansiedade, Concentração e Motivação, sendo parte fundamental na formação de qualquer atleta a criação de uma rotina de treinamentos (hábito) que englobe diversos aspectos táticos e técnicos, e também aspectos psicológicos a fim de proporcionar bons resultados nas competições.

Um dos trechos mais famosos de toda a literatura em psicologia é a descrição

do fluxo de pensamento feita por James, que é pautada em cinco características especiais: ser pessoal, estar sempre se modificando, é sensivelmente contínuo, trata com objetos distintos de si mesmo e está sempre selecionando. Outra importante contribuição foi ao apontar o método comparativo como suplemento aos métodos introspectivo e experimental, comentando que a introspecção as vezes é imprecisa, a experiência é por vezes cansativa e inútil e a psicologia comparada pode tornar-se um “trabalho estafante”, concluindo que ao trabalhar com esses métodos juntos pode-se chegar a uma conclusão mais precisa.

Outra parte notável de sua contribuição é a famosa teoria das emoções de James-Lange, que é apontada por muitos como sua maior contribuição para a psicologia. Os dois cientistas publicaram as teorias em separado e quase ao mesmo tempo, e nela compreende-se que a emoção nada mais é que a sensação da atividade corporal despertada por via reflexa por circunstâncias estimulantes. Nessa teoria, ele se opõe ao senso comum que diz, por exemplo, que ao sermos insultados, ficamos com raiva e brigamos, ou então que ao perdermos nossas riquezas, ficamos tristes e choramos. James afirma em sua teoria que os sintomas corporais devem primeiro interpor-se entre eles e defende que uma afirmação mais racional nos traria que brigamos e ficamos tristes porque choramos, poderíamos então receber o insulto e achar que devemos brigar, mas não sentiríamos realmente medo ou raiva.

3.6.3 - O FUNCIONALISMO

Ao estudar o funcionalismo é possível observar grande afastamento das escolas consagradas até então. Existem algumas diferenças bem marcantes a outros movimentos, principalmente ao estruturalismo. Inicialmente, podemos apontar três diferenças pontuais do funcionalismo com relação ao estruturalismo, começando pelo destaque dado ao processo como tal, onde Wundt e Titchener costumam considerar os elementos como coisas ou pedaços estáticos enquanto os

funcionalistas se empenhavam em estudar os processos mentais como atividades conduzindo a resultados práticos. Um segundo ponto de convergência é em relação as aplicações da ciência, onde o funcionalismo estava interessado em utilidades, promovendo assim uma inevitável aproximação com a ciência aplicada e isso levou a uma terceira diferença que está pautada nas concepções básicas de objeto e método que os estruturalistas afirmam que as funções não podem aparecer na observação direta, ou seja, não poderia estar presente no método de observação introspectiva utilizado no estruturalismo.

Ao contrário dos movimentos anteriores, onde existem grandes obras na qual os autores representam os seus sistemas como Titchener em seu Text-Book ou então James em Principles, o funcionalismo não ficou marcado com uma grande obra, esse fato se dá por os principais autores nunca se preocuparem com a fundação de uma escola funcionalista propriamente dita e, sendo assim, o mais significativo é entender o processo de desenvolvimento do funcionalismo ao longo dos anos, e assim podemos separar o movimento em três fases começando com Dewey, desenvolvendo-se sob a liderança de Angell e consolidando-se como uma influência bem definida com Carr. John Dewey trouxe em ser The Reflex Arc Concept in Psychology (DEWEY, 1896) o ponto inicial do funcionalismo como movimento definido. Esse estudo foi e ainda é amplamente debatido, trabalhando com o conceito de arco reflexo e sua distinção entre estímulo e resposta, onde o autor exemplifica trabalhando com a visão e a busca afirmando que a busca não vem depois da visão e não pode ser considerada separada dela, algo muito presente na prática do Tênis de mesa. Durante a prática esportiva desse esporte podemos observar duas etapas da adaptação explicadas por Dewey. Antes do início do ponto temos a adaptação em seu processo de formação, onde os envolvidos ainda não formaram uma ordem de eventos fixos e certos. Ao iniciar a disputa, os atletas já vão se adaptando e agindo de acordo com as situações expostas, chegando na etapa da adaptação completa com uma seqüência lógica de atos, na qual cada ato pode ser considerado o estímulo para o seguinte e assim por diante até o fim da disputa.

A contribuição de Dewey foi fundamental no processo inicial do funcionalismo, além de todos os estudos, artigos e experiências, ele deixou dois livros bem

famosos que são: *How We Think* (DEWEY, 1910) e *Human Nature and Conduct* (DEWEY, 1922). Mas foi com a direção de Angell em Chicago que a escola realmente criou corpo. A instalação de um lócus operandi foi fundamental para a produção e desenvolvimento do funcionalismo, que tendo sua centralização em Chicago começou a funcionar em pleno vapor, levando seu principal nome ao cargo de presidente da Associação Americana de Psicologia em 1906, quando em seu discurso de posse, Angell pronunciou o seu famoso trabalho *The Province of Functional Psychology* (ANGEL, 1907) que delineou os princípios do funcionalismo em um momento que ele já estava se desenvolvendo, tal qual Dewey deu ao movimento sua primeira formulação em seu trabalho sobre o conceito do arco reflexo. Nesse momento se firma o conceito de que o movimento se interessa pela utilidade dos processos mentais, estudando a atividade mental como parte do todo da atividade biológica, ou seja, estudo o corpo como um todo em seus aspectos físicos e cognitivos e tenta achar utilidade para os processos, outro motivo para se afirmar que até agora é o movimento que mais se aproxima do presente estudo sobre o aspecto psicológico na prática do tênis de mesa.

Os estudos de Dewey e Angell serviram de base para consolidar o funcionalismo como um movimento estruturado e foi com Carr, mais especificamente com seu livro *Psychology* (CARR, 1925) que é representado o movimento atualmente. Nesse livro, Carr trabalha com uma conduta baseada nas atividades mentais através de processos como percepção, memória, imaginação, dentre outros e a partir da relação da atividade mental com a aquisição, fixação, retenção, organização e avaliação das experiências é estabelecida a conduta do comportamento adaptativo. O comportamento adaptativo se relaciona com o conceito de arco reflexo ao ponto de que o ambiente sempre fornece estímulos para alguma resposta do organismo, porém Carr afirma que nem sempre a resposta é adaptativa. Se por exemplo um atleta for golpear a bola de tênis de mesa lançada por um robô sempre na mesma intensidade ele estará agindo no arco reflexo a cada lançamento, mas não terá um comportamento adaptativo e é nesse ponto que o autor desenvolve boa parte de seu trabalho.

Na maioria dos casos a pessoa realiza uma resposta adaptativa a um só

aspecto do ambiente por vez, podendo ser esse aspecto um estímulo motivador, o objeto estimulante ou a circunstância sensorial total. O ato adaptativo envolve muitas variáveis e não é nem um pouco simples, torna-se uma interação contínua entre estímulos e respostas complexas. O ato adaptativo deve também levar em consideração seus efeitos ulteriores, por exemplo, o ato de treinar repetidamente com a utilização de um robô satisfaz os resultados ulteriores que proporcionam uma melhoria técnica no praticante, porém não podemos afirmar que ele rebate a bola do robô para obter uma melhora no nível técnico, ele rebate a bola respondendo a um estímulo dado no momento do lançamento. Conclui-se do funcionalismo que ele nunca se preocupou em colocar a definição e a sistematização em primeiro lugar, sempre foi uma seqüência de fatos e primeiro usou o conceito para depois o definiu, ao contrário de outros movimentos até então. Foi acusado de ser apenas tecnologia, que fugiu ao modelo clássico de desinteresse e a não preocupação com a utilidade dos estudos e Carr foi enfático na resposta afirmando que se a Psicologia, de fato tem que ser desinteressada não terá interesse no que refere utilidade as suas descobertas, ou então ter orgulho por ser o mais alto nível de inutilidade. Graças ao desinteresse do funcionalismo em responder as críticas que sempre o atacaram, foi possível um grande volume de conteúdos desenvolvidos, e muitos pesquisadores afirmam que é graças ao movimento que a definição inicial do objeto da Psicologia exposta por Titchener “o mundo com o homem dentro dele” se transformou em “homem dentro do mundo”. Atualmente, o movimento tem um ar de desatualizado e algo do passado, o que não deixa de ser pelo surgimento de outros movimentos. Porém o principal objetivo dos funcionalistas foi muito bem executado que trata de trazer novos modos de pensar e pesquisar, ampliando o alcance da pesquisa psicológica.

3.6.4 - O BEHAVIORISMO

O movimento surge com a necessidade observada por Watson de tratar a psicologia como uma ciência propriamente dita, aproximando das ciências naturais e

a importância de tornar a psicologia materialista, determinista e objetiva. Para tal, era necessário romper totalmente com qualquer abordagem que levava em consideração o conceito de consciência, e para isso foi preciso separar o behaviorismo da “psicologia tradicional”. John Broadus Watson se tornou o fundador do behaviorismo, e logo no início tratou de atacar o funcionalismo como uma medida tímida, fraca e incompleta, pois concordou com a abordagem da Psicologia relacionada à consciência.

Nos Estados Unidos a psicologia animal se originou com estudiosos ligados a fisiologia e outras áreas, mas foi com o surgimento do behaviorismo que a psicologia animal ganhou força e se mostrou essencial no processo de criação do movimento. O fato dos animais serem mais simples em sua organização ajudou muito nas pesquisas, torna-se possível recorrer a processos que não são possíveis nos seres humanos, inclusive nos casos de animais de vida curta, onde ficaram viáveis pesquisas com gerações diferentes. Essas pesquisas se distanciaram muito dos “psicólogos tradicionais”, e isso se tornou motivo de orgulho para os novos pesquisadores que através da íntima ligação do behaviorismo com a psicologia animal, acreditam que por ficar obrigatoriamente fora do objeto que estudam tem um resultado mais expressivo e imparcial.

O funcionalismo teve papel fundamental na aceitação do behaviorismo por parte da psicologia norte-americana. O funcionalismo foi onde se quebrou o paradigma que envolvia a psicologia e a consciência, e foi aí, que após o funcionalismo preparar o terreno, chega o behaviorismo com todo o maquinário necessário para imprimir uma nova frente a psicologia norte-americana, baseado no comportamento e desprezando o lado mental a qual a psicologia clássica se via tão presa.

Watson desenvolveu as concepções básicas do behaviorismo durante sua estada em Chicago, utilizando como referência seu trabalho com psicologia animal, mas ele tratou de ser muito enfático em negar e ser contrário a qualquer tentativa de comparação do behaviorismo com o funcionalismo, ou mesmo os que buscavam no funcionalismo as origens do novo movimento que estava surgindo. Uma das poucas

afirmações do funcionalismo que ele considerava era a de o homem como um animal reagindo ao seu ambiente, algo muito próximo da teoria baseada no comportamento desenvolvida posteriormente.

O legado do behaviorismo se desenvolveu por Watson através de três trabalhos importantes ao longo dos anos. O primeiro intitulado Behavior, an Introduction to Comparative Psychology (WATSON, 1914), seguido de Psychology from the Standpoint of a Behaviorist (WATSON, 1919) e Behaviorism (WATSON, 1925) que apresentou de forma mais popular suas idéias, porém sem perder a seriedade dos dois trabalhos anteriores.

O movimento é muito claro ao afirmar que o objeto da psicologia é o comportamento. O organismo como um todo está relacionado ao comportamento e isso fica evidente na técnica do reflexo condicionado desenvolvida por Pavlov e seus discípulos. O método de condicionar além de revelar um novo meio de pesquisar o comportamento, tornou-se responsável também pelo seu caráter. Pela perspectiva do behaviorismo, o momento certo de iniciar as pesquisas psicológicas é logo no nascimento, momento em que o ser humano herdou apenas as estruturas de seu corpo e modo de funcionamento, e não características mentais. A partir desse pressuposto torna-se possível trabalhar com o método de condicionamento e foi assim que surgiu a declaração de Watson, muitas vezes mencionada:

“Dêem-me doze crianças sadias, de boa constituição e a liberdade de poder criá-las a minha maneira. Tenho a certeza de que, se escolher uma delas ao acaso, e puder educá-la, convenientemente, poderei transformá-la em qualquer tipo de especialista que eu queira – médico, advogado, artista, grande comerciante, e até mesmo em mendigo e ladrão, independente de seus talentos, propensões, tendências, aptidões, vocações e da raça de seus ascendentes”.

Esses aspectos se aproximam muito do conteúdo proposto no curso de Educação Física, principalmente em disciplinas como Aprendizagem Motora e também Crescimento e Desenvolvimento e, particularmente, posso afirmar que

Watson incluiria com certeza o caso de um atleta de tênis de mesa em sua famosa declaração.

Watson classifica as emoções como reações corporais e reações apreendidas, e afirma que somente três respostas emocionais podem surgir na criança antes da fase de aprendizado: o medo, a raiva e o amor. Consequentemente entendemos que essas três respostas não compreendem a nada mental e assim como adquirimos as habilidades motoras, as emoções também estão expostas a um processo de condicionamento, seja um “condicionamento visceral”, incluindo as glândulas e músculos lisos ou involuntários como no caso do medo, raiva e amor, ou então um “condicionamento manual” agindo nos músculos estriados ou voluntários. Além do manual e do visceral, as emoções são completas com os “hábitos laríngeos” que é a expressão utilizada pelos behavioristas para significar pensamento.

O melhor discípulo de Watson foi K. S. Lashley que formulou um conjunto de experiências que merece destaque na teoria behaviorista. Essas experiências apóiam-se na hipótese de que as reações simples, condicionadas ou não, são as unidades que compõe o comportamento.

O behaviorismo começou a ser questionado em um ponto que era básico para o movimento, a possibilidade de uma psicologia sem consciência. Pesquisadores como Berkeley e os idealistas alemães afirmaram de forma empírica que as descrições do ponto de vista da consciência e do comportamento, completam-se e se auxiliam ao invés de se oporem. Aponta-se que o behaviorismo trabalhou de forma dualista separando totalmente o corpo da mente, e menosprezando e esquecendo essa segunda e na visão de muitos, isso significa um retrocesso no pensamento de trabalhar o organismo como um todo, seja na física ou mesmo na psicologia. Ainda nesse ponto, foi apontada a incapacidade para descrever com precisão o que se entende por rejeição da consciência.

Conclui-se que o movimento teve grande importância na posição de dar um choque de realidade aos psicólogos, afirmando que é possível construir uma nova psicologia totalmente despreendida da consciência e de conceitos que se arrastavam

por anos. Mas por tratar isso de uma forma muito radical recebeu críticas e muitos não-adeptos por trazer novamente a dicotomia entre corpo e mente. Mas é inegável sua contribuição trazendo a psicologia animal, o conceito das emoções, o comportamento e o método condicionado, dentre outros aspectos importantíssimos no desenvolvimento da psicologia em seus diversos movimentos, fora a contribuição prática para pesquisas que envolvem a psicologia com as práticas esportivas e outras áreas do conhecimento como a física, fisiologia e a ciência propriamente dita.

3.6.5 - A PSICOLOGIA DINÂMICA

A Psicologia dinâmica foi apresentada por Robert Sessions Woodworth de forma despretensiosa e pouco audaciosa, em momento algum fez menção de se opor aos movimentos da psicologia até então, pelo contrário, Woodworth acreditava que todo o movimento tem o seu valor e seu trabalho baseou-se em pincelar o que acreditava existir de bom em cada movimento e, através de uma abordagem prática, foi fundamentando a sua psicologia dinâmica. Ele nomeou de “as operações da mente” a sua crença de que todos os psicólogos estão orientados na mesma direção, sendo assim um trabalho de equipe, deixando de lado todas as evidentes diferenças.

Sua finalidade nunca foi formar uma nova escola, e sim tornar claro o que a psicologia havia produzido até então. Na contramão das outras correntes, essa psicologia não formulava teorias e métodos que seriam provados no futuro, se preocupou em trabalhar experiências do passado, que já provaram ser úteis. Segundo Woodworth a psicologia dinâmica pode ser classificada basicamente de psicologia da causa e efeito onde o que o psicólogo realmente deseja saber é porque nós fazemos as coisas, para tal utilizando a mais completa visão do processo.

Assim como o estruturalismo surgiu em Cornell, ou o funcionalismo em Chicago, a psicologia dinâmica teve seu início atrelada a Universidade de Colúmbia,

porém não está ligada a ela tão intimamente como os outros exemplos. Logo em seu surgimento o principal ponto a ser trabalhada era aliar o introspeccionismo e toda a ligação com a consciência presente nas primeiras correntes e também as experiências da psicologia animal trabalhada em outras correntes. A respeito do papel desempenhado pelo introspeccionista treinado, Catell deu uma famosa declaração em 1904:

“Não estou convencido que a psicologia deva limitar-se ao estudo da consciência propriamente dita...Não existe conflito entre a análise introspectiva e a experiência objetiva...pelo contrário, elas devem cooperar e realmente cooperam entre si. Porém, a idéia bastante difundida de que não há psicologia sem introspecção é refutada pelo argumento inflexível do fato realizado. Parece-me que a maior parte do trabalho de pesquisa realizado por mim ou pelo meu laboratório é quase tão independente da introspecção como o trabalho com a física ou a zoologia.”

Essa declaração data de dez anos antes do surgimento do behaviorismo, sendo assim nota-se que já havia algum tempo que pesquisadores defendiam a importância de utilizar vários pontos da psicologia de uma forma conjunta, algo que veio a ser possível com o esforço de Woodworth.

Outro nome importante na psicologia dinâmica foi Edward Lee Thorndike, que logo se impôs com sua originalidade. Com apenas vinte e quatro anos de idade publicou sua clássica monografia *Animal Intelligence*. (THORNDIKE, 1891) Essa obra descreve o primeiro estudo sistemático sobre a inteligência animal a partir de pesquisas de laboratório. Nele são apresentadas as leis do exercício e a lei do efeito. A lei do exercício explica que quanto mais frequentemente um vínculo é exercido, mais efetivamente ele fica fixado. Enquanto a lei do efeito afirma que as ligações nervosas (respostas) são influenciadas pelos efeitos da reação, ou seja, as respostas que proporcionam algo positivo tendem a ser retidas, ao passo que as que trazem algo negativo tendem a ser eliminadas. Outra importante obra de Thorndike foi no campo da educação, o qual se interessou mesmo não satisfazendo suas necessidades de reduzir tudo a termos concretos e quantitativos. O resultado de seu

trabalho com a educação saiu com os três volumes do seu livro *Educational Psychology* (THORNDIKE, 1913, 1914)

A psicologia dinâmica não é a simples tradução dos estímulos e resposta em causa e efeito. Woodworth apresentou logo em sua tese de formatura uma psicologia muito próxima da fisiologia em que, assim como outros psicólogos, seus estudos sempre estavam presentes conceitos como estímulo e resposta, reações preparatórias e concludentes, facilitação, inibição e integração. Ao pensarmos em função das ligações estímulo-resposta, O autor afirma que existem três pontos principais a serem levados em consideração: O estímulo não é a causa da resposta, somente uma parte da causa; nenhuma reação estímulo-resposta pode ser considerada como um fato isolado; e o arco de reação não é uma unidade indivisível, sendo esse ponto uma de suas críticas características.

O objeto da psicologia não pode ser separado da fisiologia, ao ponto em que o fisiólogo e o psicólogo não estudam processos paralelos, e sim o mesmo processo real. Em uma seqüência causal, o ponto principal é conseguir uma série contínua de fatos sendo que para isso, é fundamental a presença da consciência (introspeccionismo) e também do comportamento (behaviorismo). Através do comportamento, é possível descobrir os estímulos externos que dão início a uma reação, porém o que acontece entre os dois extremos do processo é conhecido pela introspecção.

Com o propósito de entender os encadeamentos causais presentes no comportamento podem-se observar duas espécies de fatos: mecanismos e impulsos. O impulso corresponde ao “por que” da força aplicada para realizar determinada ação, enquanto o mecanismo compreende o “como” esse movimento é feito para funcionar. No caso de um mesatenista, por exemplo, o mecanismo é como ele vê e calcula uma ação como rebater uma bola e o impulso, é o porque ele realiza esse exercício, porque está propenso a errar em determinadas situações e outras questões dessa natureza. É importante compreender que a distinção entre mecanismos e impulsos não é absoluta, sendo que o próprio impulso é um mecanismo.

Ainda sobre esse aspecto, Woodworth afirma que a reação estímulo-resposta presente não baseia-se somente em impulsos e mecanismos, defendendo que seu esquema não é somente estímulo-resposta, mas estímulo-organismo-resposta. Ele defende que esse esquema é adequado até mesmo para os casos mais complexos de motivação. Ainda no exemplo do mesatenista, podemos demonstrar que o desejo de fazer o ponto (estímulo), não se resume a rebatida final que o adversário não consegue recepcionar (resposta), ao longo do ponto existem diversas ações de estímulo e resposta e é aí que entra o organismo no seu esquema estímulo-organismo-resposta. Os princípios desse esquema estão presentes em todas as espécies de comportamento. E a distinção entre estímulo e resposta apesar de não se firmar na prática, é essencial na teoria por tornar possível uma afirmação clara dos problemas da psicologia, principalmente nos difíceis problemas da motivação tão presentes na prática esportiva.

A aprendizagem baseada nesses conceitos torna-se interessante por vários aspectos, dentre eles a habilidade da interpretação de unidades superiores por um exímio praticamente em comparação a um principiante. Pode-se afirmar que um praticante experiente reconhece situações como o adversário rebater uma bola afastada da mesa, essa bola resvalar na rede e ele adequar seu movimento para devolver uma bola curta dificultando a recepção do adversário que estava afastado da mesa, na forma de uma “unidade superior”, ou seja, três ações distintas, mas subseqüentes, como se fosse uma só, facilitando assim o seu sucesso. Já o praticante iniciante reconheceria isoladamente cada passo, dificultando muito sua ação e possivelmente o resultado.

Woodworth foi muitas vezes questionado por sua psicologia não trazer algo completo, sendo muitas vezes voltada para observação de determinados fatos, ou conjunto de fatos. Naturalmente não se vê como um sistema em posição de ataque ou defesa como outros movimentos da psicologia, não se agarrando a nenhuma frente da psicologia mental ou do comportamento, porém estabelece seu lugar de importância no momento em que não assume uma posição inflexível, reconhecendo que ambos os lados tem sua parte de verdade e relevância na construção do conhecimento psicológico ao longo dos anos.

3.6.6 - A PSICANÁLISE

A psicanálise é um movimento muito diferente dos trabalhos até então. Os outros movimentos da psicologia surgiram nas academias, pautados em muito trabalho acadêmico e intimamente ligados a laboratórios e bibliotecas. A interpretação psicanalítica da psicologia teve sua origem real na ciência aplicada e teve como objetivo próprio a “cura das almas doentes”, afirmação que causou calafrios a psicólogos acadêmicos do mundo todo.

Seu fundador foi Sigmund Freud que iniciou sua carreira estudando medicina em Viena, interessando-se pela fisiologia do sistema nervoso. Foi associando-se ao Dr. Josef Breuer que Freud entregou-se a prática da medicina, chegando a elaborar a prática e a teoria da psicanálise. Em 1885 ele decidiu ir para Paris estudar sob a direção de Charcot, maior autoridade em desordens mentais na Europa, e foi em Paris que sua teoria da origem sexual das neuroses passou de um momento inicial e conseguiu respaldo através da opinião técnica de Charcot para a crença de que realmente sua teoria estava correta.

Em Paris, Freud se deparou com o tratamento através da hipnose. Inicialmente ficou vislumbrado mas com o passar do tempo começou a observar que os pacientes tratados com essa técnica costumavam voltar com outros sintomas, com isso deduziu que a hipnose era insatisfatória, era uma abordagem superficial que na maioria dos casos não chegava realmente a raiz do problema. Na sua volta a Viena, se deparou com um método novo do Dr. Breuer no qual ele incitava o paciente a discorrer livremente sobre o que lhe viesse a cabeça no momento, sendo orientado a não ocultar nada que lhe parecesse embaraçoso ou sem valor e nessas

conversas o paciente recordava-se de experiências bem antigas, que constituíam importantes pistas para a descoberta de suas perturbações. Esse método foi nomeado método da conversa e durante algum tempo Freud trabalhou-o juntamente com a hipnose, porém gradualmente foi deixando a hipnose de lado por acreditar que o paciente não estava totalmente presente, ele poderia acordar e estar alheio a tudo que havia sido conversado até então. Esse procedimento foi posteriormente nomeado como método de associação livre e foi trabalhado conjuntamente com a catarse, deixando a hipnose de lado e construindo assim o começo da técnica psicanalítica.

Com o desenvolvimento do método de associação livre, Freud se deparou com duas dificuldades. A primeira delas é a transferência na qual durante o processo das conversas longas e intimamente pessoais, tendo suas emoções afloradas o paciente desenvolve uma forte ligação afetiva com o analista, ou desenvolve uma atitude hostil que Freud deduz que é exatamente o contrário de se apaixonar pelo analista. É nesse ponto do início da psicanálise que Freud e Breuer se separam e seguem diferentes caminhos profissionais, decorrência da crença por parte de Breuer, que a transferência era provocada, e também por não concordar com a importância que Freud dava ao papel do sexo na construção das neuroses.

A segunda dificuldade está no momento em que o paciente encontra resistência ao falar de algum assunto específico. Essa resistência pode ser causada por aspectos dolorosos no conteúdo ou pela incapacidade de prosseguir pois sua mente encontra-se vazia nesse ponto. Essa incapacidade é mais grave, porém ao encontrar a resistência o pesquisador descobre que está no caminho certo, e é importante que não interrompa o tratamento nesse ponto, que apesar de doloroso é o indicativo que o tratamento está chegando a real causa da neurose. Novamente se dá a importância do processo sem a hipnose, no qual para trazer o conteúdo rejeitado para a vida consciente, cobrindo assim a lacuna deixada como forma de defesa é necessário que o paciente se encontre em estado consciente. Com a descoberta da resistência Freud descobriu a teoria do recalque, que afirma que qualquer lembrança ou desejo esquecido tornou-se inconsciente porque foi forçado a isso.

A psicanálise viu-se bem formulada no método de associação livre, a resistência e a compreensão pelo paciente de sua situação e a catarse na forma de liberação emocional. Porém nesse momento, Freud estava com algo a sua cabeça que vinha desde antes de sua separação de Breuer, a suspeita de que os sonhos de seus pacientes eram significativos. Quanto mais ele se empenhava em sua teoria dos sonhos (FREUD, 1913), maior era a importância dada e ao completar sua concepção, tratou-a como um dos pontos principais da teoria psicanalítica. Os sonhos são compostos por conteúdos manifestos e conteúdos latentes, onde o conteúdo manifesto é o que se faz ao descrever o sonho em sua aparência e o conteúdo latente possui o seu verdadeiro significado. Para o estudo e a compreensão dos sonhos também se torna essencial a compreensão do simbolismo, tendo em vista que nos sonhos sempre aparecem figuras com um conteúdo subliminar nas mensagens, e o simbolismo proporciona compreender melhor o conteúdos de cada sonho.

Os seres humanos são dotados do consciente e do inconsciente. O inconsciente é tratado como vasto e poderoso, onde se constitui a verdadeira força impulsora dos homens. O consciente é tratado como relativamente insignificante e entre os dois existe o pré-consciente, que se funde gradualmente com ambos, mas não guarda o material rejeitado e recalcado presente no subconsciente, sendo assim pode ser evocado pela associação e é acessível ao consciente sem resistência emocional. Com relação ao sexo, a vida psíquica é classificada de duas formas: o ego (eu consciente) e a libido. Desde a infância o ser humano é apresentado a vida sexual de forma vergonhosa, ao ponto que algumas pessoas guardam seu desejos no inconsciente de forma quase inatingível, e isso desencadeia diversas reações na vida da pessoa. Freud classifica a luta entre o ego e a libido desde o primeiro prazer da criança, o ato de mamar. A partir desse ato pode desenvolver-se o famoso complexo de Édipo onde a criança ama sua mãe e odeia o pai por considerá-lo um rival, ou também o ama e assim desenvolve um sentimento de amor e ódio pela mesma pessoa. Toda essa situação e o empenho em manter esse complexo guardado a sete chaves por parte da maioria das crianças pode desenrolar-se em sérios distúrbios durante o seu crescimento, sendo possível até o esquecimento, ou

a não-percepção que os distúrbios ocorrem, bem a fundo no inconsciente, em decorrência do complexo de Édipo desenvolvido na infância. O livro Leonardo da Vinci (FREUD, 1916) trata do exemplo mais famoso do complexo de Édipo onde Leonardo, o filho ilegítimo, expõe seu complexo de forma indireta em todas as suas pinturas, idealizando a figura de sua mãe.

Uma nova teoria de organização da psique foi desenvolvida em volta de três conceitos: O id; o ego; e o superego (FREUD, 1927). O id é a parte mais primitiva e profunda da personalidade e é o que mais se aproxima da antiga noção de inconsciente. O ego torna-se o mediador entre o eu e o mundo exterior e o superego é sem dúvidas a mais impressionante, e é descrito por Freud como a concepção da consciência em que se trata de uma consciência que é infantil, inculta, inconsciente em grande parte e muito poderosa.

Naturalmente os conceitos de Freud foram questionados por diversos pesquisadores ao longo do tempo, sendo que muitos questionamentos foram ignorados e rejeitados por ele, porém algumas sugestões foram aceitas e trabalhou com a discussão delas. Dentre todas as críticas, a mais presente foi a extrema importância que ele dava ao papel desempenhado pelo sexo, sendo algumas incabíveis como a afirmação de que Freud reduz tudo ao sexo. De fato grande parte de seu trabalho apóia-se em questões relacionadas ao sexo, admitindo como uma das mais notáveis hipóteses de trabalho, mas ainda com influência de outros aspectos. Possivelmente essa situação se deu pela abrangência exagerada que Freud deu ao termo sexo, englobando aspectos que não estão intimamente ligados ao termo, mas por outro lado, esse exagero foi importante no desenvolvimento da psicologia como um todo se for levado em consideração que o assunto foi notavelmente esquecido pelos pesquisadores acadêmicos.

Outra crítica comum é o fato de a associação livre não ser realmente livre, ou seja, mesmo que o paciente fale o que lhe vier a cabeça, ele sempre será direcionado pelo analista a entrar em pontos dolorosos de seu inconsciente e algumas intervenções durante o processo, como caso o paciente queira trocar o rumo de uma conversa que o psicanalista acha importante. Mesmo com todas as

objeções a psicanálise, conclui-se que em grande parte seus métodos e conceitos foram muito valiosos, sendo utilizados por outros movimentos como o behaviorismo e a psicologia social.

4 – CONCLUSÃO.

A partir da pesquisa realizada sobre as correntes psicológicas é possível afirmar que direta, ou indiretamente a preparação psicológica no tênis de mesa tem como referencial teórico as correntes psicológicas apresentadas nesta pesquisa. Desta forma pode-se dizer que as correntes psicológicas: o estruturalismo, a psicologia de William James, o funcionalismo, o behaviorismo, a psicologia dinâmica e a psicanálise, são o que orientam e embasam a preparação psicológica do Tênis de mesa. Pode-se dizer que o referencial da terceira visão da psicologia ou da psicologia última ou mais recente que é a humanista e a fenomenológica não fazem parte do referencial teórico do esporte tênis de mesa e de sua preparação psicológica. Autores como Martins e Bicudo (1989) que é exemplo de um referencial teórico da psicologia moderna e brasileira da fenomenologia entre outros nem de perto fazem parte da preparação psicológica do Tênis de mesa. Este estudo revela que a preparação psicológica no tênis de mesa, ainda se pauta em referências teóricas da psicologia de séculos passados, e menos em psicologias da terceira visão humanista e fenomenológica.

5 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANGELL, J. R. *The Province of Functional Psychology*, Psychol. Rev., 1907, 14, 61-69.
- BURTON, D. Measuring competitive state anxiety. In: DUDA, J. L. (Ed.) *Advances in sport and exercises psychology measurement* (p. 129-148). Morgantown: F. I. T., 1999.
- CARR, H. *Psychology* Nova Iorque, Longmans, Green and Co., 1925.
- CBTM – Confederação Brasileira de tênis de mesa. Disponível em: < <http://www.cbtm.org.br/> > acesso em 18 fevereiro de 2014.
- CORBIN, C. B. *A textbook of motor development*. Dubuque: Wm. C. Brown, 1980.
- CURY, A. *Ansiedade: como enfrentar o mal do século: a Síndrome do Pensamento Acelerado: como e por que a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adultos*, São Paulo: Saraiva, 2014.
- DAVIES, D.; ARMSTRONG, M. *Psychological factors in competitive sport*. Philadelphia: Falmer, 1989.
- DEWEY, J. *How We Think*, Boston, D. C. Heath and Co., 1910.
- DEWEY, J. *Human Nature and Conduct*, Nova Iorque, Henry Holt and Co.,

- 1922.
- DEWEY, J. *The Reflex Arc Concept in Psychology*, Psychol. Rev., 1896, 3, 357-370.
 - FREUD, S. *Leonardo da Vinci*, Nova Iorque, Moffat, Yard and Co., 1916.
 - FREUD, S. *The Ego and the Id*, Londres, The Hogarth Press, 1927.
 - FREUD, S. *The Interpretation of Dreams*, Nova Iorque, The Macmillan Co., 1913.
 - GENTILE, A. M. A working model of skill acquisition with application to teaching. *Quest*, v. 17, p.3-23, 1972.
 - GHIZI, A. A contribuição do projeto de tênis de mesa na comunidade do bairro Ceará do município de Criciúma. Santa Catarina, 2002.
 - GILL, D. *Psychological dynamics of sport*. Champaign: Human Kinetics, 1986.
 - HARST, H.; GIESECKE, H.; SCHALAF, J. *Tênis de mesa: treino, técnica e tática*. Tradução de Maria Cristina de Almeida Rocha. Lisboa: Presença, 1990.
 - HERNÁNDEZ, C. R. A. *Investigación preliminar sobre la preparacion desportiva em el tênis de mesa*. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd43/tmesa.htm> Buenos Aires, 7. Acesso em 11 mar. 2014.
 - JAMES, W. *The Principles of Psychology*, Nova Iorque, Henry Holt and Co., 1890.
 - LANDERS, D. M.; BOUTCHER, S. H. relacion entre el arousal y la ejecucion. In: WILLIAMS, J. M. (Ed.) *Psicologia Aplicada Al Deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991. (p. 249-75).
 - LI, Z. Technical index of the Olympic table tennis gold medal winner.

International Journal of Table Tennis Sciences, v. 3, p. 151-3, 1996.

- MARINOVIC, W.; IIZUKA, C. A.; NAGAOKA, K. T. *Tênis de mesa: teoria e prática*. São Paulo: Editora Phorte, 2006.
- MARTENIUK, R. *Information processing in motor skills*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1976.
- MARTINS, Joel e Bicudo, Maria Aparecida Viggiani. *A pesquisa qualitativa em Psicologia. Fundamentos e recursos básicos*. São Paulo, Moraes, 1989.
- _____ e Dechtchekian, Maria Fernanda S. F. Beirão. *Temas fundamentais de fenomenologia*. São Paulo, Moraes, 1984.
- MARTINS, M. S. *Aprendendo o tênis de mesa brincando*. Piracicaba, 1996.
- MARTINS, M; CAMARGO, F. *Aprendendo o tênis de mesa Brincando*. Piracicaba, 1999.
- NIDEFFER, R. M. *The ethics and practice of applied sport psychology*. Ithaca: Movement Publications, 1981.
- NIDEFFER, R. M. Concentration and attention control training. In: WILLIAMS, J. M. (Ed.). *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* Mountainview: Mayfield Publishing Co, 1993. p. 243-261.
- NIZETICH, H. El papel de las características personales del jugador de tenis de mesa em proporcionar eficiencia y estabilidad durante las competencias. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd6/hen6.htm> Acesso em: 11 mar. 2014.
- ORLICK, T. *Psyching for sport: mental training fo athletes*. Champaign: Human Kinetics, 1986.
- OXENDINE, J. B. Emotional arousal and motor performance. *Quest*, v. 13, p. 23-32, 1970.

- SKINNER, B. F. (1965). *Science and human behavior*. New York/London: Free Press/Collier MacMillan. Publicado originalmente em 1953.
- SUMMERS, J. J. Motor programs. In: HOLDING, D. H. (Ed.), *Human Skills*. New York: Wiley, 1989. p. 49-71.
- TANI, G. et al. *Educação Física Escolar: fundamentos para uma abordagem desenvolvimentista*. São Paulo: EPU/EDUSP, 1988.
- THORNDIKE, E. L. *Animal Intelligence*, Psychol. Rev., 1898, 2, Mon. Supp, No. 4, 1-109.
- THORNDIKE, E. L. *Educational Psychology 3 vols*. Nova Iorque, Teachers College, Columbia University, 1913, 1914.
- TITCHENER, E. B. *A Beginner's Psychology*, Nova Iorque, The Macmillan Co., 1915.
- TITCHENER, E. B. *An Outline of Psychology*, Nova Iorque, The Macmillan Co., 1896.
- TITCHENER, E. B. *A Primer in Psychology*, Nova Iorque, The Macmillan Co., 1898-1899.
- TITCHENER, E. B. *A Text-Book of Psychology*, Nova Iorque, The Macmillan Co., 1909-10.
- UZORINAC, Z. ITTF 1996-2001 *table tennis legends: International table tennis*. Tradução de Janko Paravic. Lausanne: International Table Tennis Federation, 2001.
- VERKOSHANSKI, Y. V. *Treinamento desportivo teoria e metodologia*. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- WATSON, J. B. *Behavior, an Introduction to Comparative Psychology*, Nova Iorque, Henry Holt and Co., 1914.

- WATSON, J. B. *Behaviorism*, Nova Iorque, W. W. Norton and Co, 1925-1930.
- WATSON, J. B. *Psychology from the Standpoint of a Behaviorist*, Filadélfia, J. B. Lippincott Co., 1914.
- WEINBERG, R. S.; GOULD, D. *Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício* 2ª Ed. Tradução de Maria Cristina Monteiro. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- WEINBERG, R. S.; HUNT, V. V. The interrelationships between anxiety, motor performance and electromyography. *Journal of Motor Behavior*, vol. 8, p. 148-224, 1976.