

---

EDUCAÇÃO FÍSICA

---

**PAULO FERRACIN BASTOS**

**INFLUÊNCIA DE PAIS E FAMILIARES NO  
AMBIENTE ESPORTIVO E SUAS POSSÍVEIS  
INTERFERÊNCIAS NA VIDA SOCIAL E  
ESPORTIVA DE PRATICANTES E ATLETAS**



Rio Claro  
2019

PAULO FERRACIN BASTOS

INFLUÊNCIA DE PAIS E FAMILIARES NO AMBIENTE ESPORTIVO  
E SUAS POSSÍVEIS INTERFERÊNCIAS NA VIDA SOCIAL E  
ESPORTIVA DE PRATICANTES E ATLETAS

Orientador: Afonso Antonio Machado

Coorientador: Fernando de Lima Fabris

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 Licenciado em Educação Física

Rio Claro  
2019

B327i Bastos, Paulo

Influência de pais e familiares no ambiente esportivo e suas possíveis interferências na vida social e esportiva de praticantes e atletas / Paulo Bastos. -- Rio Claro, 2019 25 p.

Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro

Orientador: Afonso Machado

Coorientador: Fernando Fabris

1. Influência dos pais. 2. Psicologia do esporte. 3. Apoio emocional. I. Título.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho à minha família, em especial aos meus pais, que estiveram comigo nos melhores e piores momentos da minha vida, nunca deixaram de me apoiar, incentivar e sempre acreditaram em mim.

## **AGRADECIMENTOS**

Durante toda essa trajetória o sentimento é de gratidão, por todas as pessoas que estiveram no meu caminho até aqui, a demonstração de afeto, carinho e apoio me fizeram seguir adiante das adversidades e dificuldades nesse caminho percorrido.

Primeiramente gostaria de agradecer à minha família, que sempre esteve presente na minha vida, acreditando e me apoiando independente das minhas escolhas.

Agradeço ao laboratório LEPESPE, ao meu co-orientador Fernando Fabris e ao meu orientador Afonso Machado, que acreditaram no meu potencial e me orientaram da melhor forma possível para eu conseguir concluir este trabalho, além da amplitude de conhecimentos que pude adquirir.

Meus sinceros agradecimentos aos meus amigos que fizeram parte dessa jornada e a República Mansão, sem vocês eu não chegaria até aqui, a lealdade e amizade de vocês estará comigo todo o tempo.

E para finalizar agradeço a maior e melhor universidade desse país, a Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" por ter me proporcionado muito conhecimento e os melhores anos da minha vida.

# **INFLUÊNCIA DE PAIS E FAMILIARES NO AMBIENTE ESPORTIVO E SUAS POSSÍVEIS INTERFERÊNCIAS NA VIDA SOCIAL E ESPORTIVA DE PRATICANTES E ATLETAS**

## **RESUMO**

No ambiente esportivo, tanto na iniciação quanto no alto rendimento, se sabe a importância de uma estrutura adequada com fatores intrínsecos e extrínsecos são essenciais para desenvolvimento e sucesso dos praticantes. Dentre os fatores de maior importância neste crescimento, se encontra a estrutura familiar, como primeiro contexto social da vida de um indivíduo, que se baseia como papel fundamental de base psicossocial, estabelecendo relação de comunicação, apoio e participação. O objetivo do trabalho foi compreender esta influência, investigando os fatores psicológicos relacionados à motivação e fatores sociais. Para a realização desse trabalho, foi realizado um levantamento de dados para o entendimento e análise das influências dos pais no desenvolvimento psicossocial de jovens atletas no esporte. Notou-se a que o apoio psicológico e emocional dos pais e familiares é fundamental para que se haja crescimento e desenvolvimento dos praticantes, as relações de motivação engajam os indivíduos no início, durante e fim da prática de atividade física e esporte. A orientação adequada é essencial para que se construa habilidades psicológicas para melhora no desempenho dos atletas e praticantes, e envolver a diversão e o bem-estar para que ocorra à satisfação na prática esportiva. A função do profissional de educação física é fundamental para encontrar caminhos que aperfeiçoe o comportamento e o ambiente dos indivíduos no esporte.

**Palavras-chave:** Psicologia do esporte, influência dos pais, apoio emocional.

# **INFLUENCE OF PARENTS AND FAMILIES ON THE SPORTS ENVIRONMENT AND ITS POSSIBLE INTERFERENCES ON SOCIAL LIFE AND SPORTS PRACTICES AND ATHLETES**

## **ABSTRACT**

In the sports environment, both in initiation and in high performance, it is known the importance of a proper structure with intrinsic and extrinsic factors are essential for the development and success of practitioners. Among the most important factors in this growth is family structure, as the first social context of an individual's life, which is based on a fundamental psychosocial role, establishing a relationship of communication, support and participation. The objective of this work was to understand this influence by investigating the psychological factors related to motivation and social factors. To carry out this work, a data survey was conducted to understand and analyze the influence of parents on the psychosocial development of young athletes in sports. It was noted that the psychological and emotional support of parents and relatives is essential for the growth and development of practitioners, motivational relationships engage individuals at the beginning, during and end of physical activity and sports. Proper guidance is essential for building psychological skills to improve the performance of athletes and practitioners, and engaging in fun and well-being for satisfaction in sports practice. The role of the physical education professional is fundamental to find ways that improve the behavior and environment of individuals in sports.

**Key-words:** Psychology of Sport; Influence of Parents; Emotional Support.

## SUMÁRIO

|      |                                                                                         |    |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.   | INTRODUÇÃO .....                                                                        | 7  |
| 2.   | OBJETIVO .....                                                                          | 10 |
| 3.   | PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....                                                        | 11 |
| 4.   | REVISÃO BIBLIOGRÁFICA .....                                                             | 12 |
| 4.1. | UMA BREVE INTRODUÇÃO SOBRE O QUE É A PSICOLOGIA DO ESPORTE E SUAS ÁREAS DE ATUAÇÃO..... | 13 |
| 4.2. | EFEITOS DO TREINAMENTO PSICOLÓGICO .....                                                | 15 |
| 4.3  | A INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA.....                                                            | 18 |
| 4.4. | PAPEL DOS PAIS: DA INICIAÇÃO À FORMAÇÃO ESPORTIVA .....                                 | 20 |
| 5.   | CONCLUSÃO .....                                                                         | 22 |
|      | REFERÊNCIAS.....                                                                        | 24 |

## 1. INTRODUÇÃO

O ambiente esportivo é capaz de atingir a população como um todo, envolvendo-os direta e indiretamente. As mídias estão cada vez mais presentes nesse ambiente, proporcionam o aumento da visibilidade e do público que assiste aos eventos esportivos. Com o aumento da importância do esporte a pressão sobre os atletas e os indivíduos que almejam uma carreira no esporte acaba se intensificando, surgindo mais exigências e cobranças no desempenho. Os pais e familiares, treinadores e torcida são fatores externos que atuam diretamente expondo pressão sobre os atletas, podendo prejudicar o seu crescimento e desenvolvimento no esporte (MACHADO, 2006).

No contexto esportivo, a psicologia do esporte pode ser vista também como um fenômeno que irá compreender o comportamento da atuação profissional, e desta forma se mostra necessária à investigação dos aspectos que relacionam o atleta com a sua jornada esportiva e social. Assim, com base nos estudos da psicologia esportiva é possível entender, analisar e promover alterações nas perspectivas intrínsecas e extrínsecas dos praticantes, visando compreender a parte comportamental e emocional, visto que, as questões da influência como, por exemplo, a família interfere diretamente na atuação do atleta (MACHADO, 2006).

É possível verificar os benefícios do trabalho psicológico a partir da iniciação em categoria de base, ocasionam um aumento em sua atuação tanto esportiva quanto no seu papel como ser humano, aprendendo a lidar com os fatores externos, como a família, a sociedade, a escola, os amigos, e entre outros. Para poder lidar nesse contexto é necessário o entendimento dos fatores que envolvem o indivíduo, para que desta forma seja possível estabelecer e harmonia e saúde mental em si.

Por muitas vezes, os profissionais de educação física não se fazem cientes dos pontos de vista técnico, tático e psicológico, afetando negativamente no desenvolvimento do seu atleta, por conta de não analisar o todo, como físico, mental e social (MACHADO, 2006).

A iniciação ao esporte naturalmente ocorre através da influência de pais e familiares, justificado pelo fato destes representarem o primeiro contexto social da vida de jovens, interferindo em possíveis ações e decisões de seus

filhos(as), sendo o núcleo central da organização humana (PRATTA; SANTOS, 2007).

Nos anos iniciais, os pais são responsáveis pela inserção dos filhos numa modalidade desportiva, nos anos intermediários, para manutenção da prática esportiva é necessário manter os níveis de divertimento e gosto pela prática e também o apoio emocional. Este por último pode ser considerado um sinônimo de garantia na prática de atividade dos filhos, englobando vários aspectos, como os motivacionais, proporcionando comprometimento e consequente realização. Nos anos finais, cabe também à família, nos estágios avançados da carreira, a mudança de cidade para que possam proporcionar melhores condições de treino (FERREIRA; MORAES, 2012).

Segundo Kunza apud Ramos; Neves (2008) a especialização precoce é quando a criança inicia no esporte antes da fase pubertária, com um planejamento e organização já pré-definida em longo prazo, com sessões de treinamento de no mínimo três vezes por semana, estimulando o crescimento e desenvolvimento gradual para o futuro, com foco em competições esportivas.

De acordo com Santana apud Ramos; Neves (2008) a especialização precoce apresenta perigos para a criança, o estresse gerado pelas competições causa medo e insegurança, a exigência de não poder errar, a saturação esportiva, a repetitividade exigida, a rotina e a pressão podem gerar o desinteresse da criança, com isso a diversão acaba e se transforma em desânimo e desistência.

Os jovens também podem apresentar aspectos de desmotivação devido ao excesso de pressão exercida pelos seus pais e familiares, que acabam por demonstrar cobrança de rendimento, busca pela perfeição e sucesso precoce. Esses pontos em excesso afetam negativamente, levando ao desânimo ao treinar, perda de foco em objetivos e em continuar com a prática, desistindo do sonho em ser tornar profissional (FERREIRA; MORAES, 2012).

Entretanto, a influência parental nas atividades esportivas dos filhos pode promover fatores positivos em diferentes situações e experiências vivenciadas pelos jovens, atuando diretamente no bem-estar, em suas habilidades e competências, em seus sentimentos de realização, na auto eficácia, nos momentos de prazer ou simplesmente pela diversão de praticar esporte (GOMES, 2010). Com isso, identifica-se a importância da participação

cotidiana e do apoio emocional dos pais nas decisões e na vida dos jovens, possuindo papel fundamental dentro e fora do esporte (GOMES, 2010).

## **2. OBJETIVO**

O objetivo deste trabalho foi identificar a influência psicossocial dos pais e familiares na iniciação e desenvolvimento de praticantes e atletas no esporte, visando desta forma compreender como os fatores psicológicos associados influência dos pais e familiares no esporte, interfere no desenvolvimento emocional e social de jovens esportistas.

Com base nisso, dissertar sobre os aspectos da influência de pais e familiares no contexto esportivo, compreendendo suas consequências na vida dos indivíduos e dos atletas, os pontos positivos e negativos na formação dos jovens e as habilidades psicológicas que podem ser trabalhadas.

### **3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

O presente estudo foi baseado no método com caráter de revisão bibliográfica, descrito por Thomas e Nelson (2002) apresentando maior aprofundamento do assunto, selecionando materiais científicos adequados, teses de doutorado, teses de mestrado, livros, jornais, revista. Com a finalidade de alcançar o objetivo previamente descrito no estudo.

A pesquisa foi feita a partir da seleção de conteúdos por meio de sites eletrônicos e periódicos/plataformas de busca como Scielo, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, contando também com livros da psicologia do esporte.

Foram buscadas as seguintes palavras-chave como forma de mecanismo de pesquisa: influência dos pais; motivação; psicologia do esporte; apoio emocional.

Com isso, espera-se que o presente estudo possua maior embasamento teórico por meio de materiais fidedignos, contribuindo para maior aprofundamento e compreensão sobre o tema desenvolvido.

#### **4. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Na abordagem desse capítulo será utilizado o recurso de revisão bibliográfica (GIL, 1994), onde serão abordados pontos pertinentes para a dissertação do estudo, se baseando em artigos científicos, livros, publicações e obras referentes ao tema psicologia do esporte e a influência dos pais e familiares no contexto esportivo de atletas e praticantes.

O início da revisão bibliográfica irá disseminar uma breve introdução sobre psicologia do esporte e suas principais características, em seguida serão abordadas o foco principal do trabalho, que são as influências de pais e familiares no contexto esportivo dos filhos, as habilidades psicológicas e o objetivo na formação esportiva dos jovens.

Por consequência, poderemos compreender e aperfeiçoar o embasamento teórico acerca desse tema, investigando o papel e a importância dos pais na vida de seus filhos no contexto esportivo.

#### **4.1 UMA BREVE INTRODUÇÃO SOBRE O QUE É A PSICOLOGIA DO ESPORTE E SUAS ÁREAS DE ATUAÇÃO**

Antes de definir o que é a psicologia do esporte, é importante compreender como uma área que se soma a Antropologia, Filosofia e Sociologia do esporte, que corresponde às ciências do esporte, incluindo também as interdisciplinaridades, como a medicina, a fisiologia e biomecânica do esporte, as associando em conjunto e estabelecendo relações de pluralidade para estabelecer métodos de estudo visando o enfoque nas relações e comportamentos dos indivíduos, características e situações vivenciadas no âmbito esportivo (RUBIO, 1999).

Os temas estudados pela área se baseiam nos estados psicológicos, relacionados a motivação, suas personalidades, liderança, trabalho em equipe, cooperação e integração, agressão e violência, bem-estar psicológico, os sentimentos e pensamentos dos indivíduos e diversos outros aspectos proporcionados pela prática esportiva e atividade física (RUBIO, 1999).

A Psicologia do Esporte pode ser definida como o estudo e aplicação do conhecimento adquirido por meio da relação dos indivíduos no contexto esportivo e seus comportamentos (WEINBERG; GOULD, 2008). Através disso, é possível observar a importância da relação da psicologia do esporte em indivíduos praticantes de modalidades esportivas.

Como cada indivíduo possui suas próprias particularidades, seus aspectos positivos tanto negativos necessitam de compreensão individualizada para que se promovam a inserção e continuidade na prática, para que assim haja a oportunidade de desenvolver um bom desempenho buscando o bem-estar e inúmeros benefícios que o esporte proporciona (WEINBERG; GOULD, 2008).

Segundo Samulski apud Rubio (1999) a aplicação da psicologia do esporte se baseia em quatro campos de atuação, sendo eles: o esporte de rendimento, que trabalha com a performance de atletas, identificando fatores psíquicos que prejudicam o rendimento do atleta; o esporte escolar, que tem como princípio a formação dos alunos através das vertentes que possam ser trabalhadas para conduzir nos processos de ensino, educação dos jovens, socialização e integração no esporte; o esporte recreativo, que se identifica na

busca pelo bem-estar e lazer dos indivíduos; e o esporte de reabilitação, que se resume na prevenção e intervenção de indivíduos que sofreram alguma lesão pela prática esportiva e pessoas portadoras de deficiência física e mental.

## 42 EFEITOS DO TREINAMENTO PSICOLÓGICO

O desempenho de atletas e praticantes não está relacionada apenas com o aspecto físico e técnico no esporte, a preparação psicológica é essencial para que ocorra o equilíbrio e prepare o indivíduo para obter êxito na prática. A psicologia do esporte busca adotar métodos que enquadre os praticantes e auxilie na concentração, motivação e alternativas de mudança no comportamento, tanto na aprendizagem como no treinamento específico de alguma modalidade (MACHADO, 2006).

O conceito e evolução da prática de habilidades psicológicas busca compreender os processos e dimensões que envolvem os indivíduos e abrange todo o contexto físico, cognitivo, afetivo, motor e mental (MACHADO, 2006). Segundo Morisset apud Machado (2006) distingue a eficácia da prática mental, estabelecendo três dimensões que abrangem as tarefas para a execução de habilidades, sendo elas, a simbólica que é a associação estímulo-resposta, a perceptual que é a discriminação do estímulo e a motora que é a relação da alta atividade exigida, baseando assim o estudo na relação de que a prática mental pode aperfeiçoar essas tarefas.

Segundo Martinez apud Machado (2006), as tarefas referentes à prática mental, se dão através da imaginação da habilidade, compreender o processo como um todo, desde o seu início até o fim, para que possa ocorrer à assimilação do exercício de forma consciente, aperfeiçoando a barreira psicológica que cada indivíduo se limita ou não acredita que possa conseguir.

Para a prática mental ser eficaz, é necessário ter total conhecimento da tarefa motora que vai ser ensinada, facilitando a aprendizagem motora do jovem. Descrito como a última fase, o aperfeiçoamento, apresenta aumento na habilidade executada, até chegar a um determinado ponto chamado de "execução perfeita", mas para isso é necessário compreender que isso ocorre em situações em longo prazo (MACHADO, 2006).

O pensamento negativo envolvido uma grande parte dos atletas, derivado de cobranças excessivas por resultado, elevando a responsabilidade em alcançar vitórias. Para melhoria desse aspecto que afeta o atleta emocionalmente, é necessário que haja uma prática adequada, revertendo esses pensamentos a favor do atleta, beneficiando o próprio rendimento.

Trabalhar e investir no sentimento de satisfação e divertimento, sendo função dos profissionais de educação física em prepara o seu aluno para concentrar antes, durante e após o jogo (MACHADO, 2006).

Os pais e familiares, a torcida, aumento excessivo da responsabilidade, altos níveis de competição, buscar o tempo todo bom bons resultados e diversos outros fatores, são fatores existentes nas práticas esportivas que podem acabar por interferir nos estados emocionais dos indivíduos, gerando estresse, ansiedade, medo, vergonha e desmotivação (WEINBERG; GOULD, 2017).

Para Machado (2006), o treinamento autógeno é uma técnica oferecida aos indivíduos, onde se focaliza na possibilidade de ficar relaxado, através de exercícios praticados internamente. Desta forma busca-se autocontrole (WEINBERG; GOULD, 2017), resultando no domínio em situações de estresse, agressividade, ansiedade, encontrando um estado benéfico, tanto para o dia-a-dia quanto para o rendimento.

Como instrumento de estudo da psicologia do esporte, os estados emocionais e as influências psicológicas se fazem presentes em atletas durante a prática esportiva. E para lidar com isso, existem diversas técnicas de treinamento psicológico, chamado de treinamento de habilidades psicológicas (THP), referente a prática de habilidades mentais ou psicológicas, com o objetivo melhorar o desempenho, aumentar o prazer e proporcionar maior satisfação aos praticantes durante a atividade esportiva (WEINBERG; GOULD, 2017).

De acordo com Weinberg e Gould (2017) o programa de treinamento de habilidades psicológicas possui três fases. A primeira de educação, a segunda de aquisição e a terceira de prática. A fase de educação consiste na compreensão do indivíduo sobre a importância do Treinamento de Habilidade Psicológica e como estas afetam diretamente em seu desempenho como atleta; a fase de aquisição tem como foco buscar estratégias e técnicas para aprendizagem; e a fase de prática focaliza-se em automatizar as habilidade por meio da aprendizagem, ensinando o indivíduo a incorporar esses aspectos em suas próprias situações de desempenho, de modo há aplicá-la em situações reais;

O objetivo final do THP é fazer com que os atletas atuem efetivamente por conta própria, sem a necessidade de orientações constantes de um técnico ou psicólogo do esporte. Portanto, após o THP, o atleta deveria ser capaz de auto-regular seu funcionamento interno da maneira desejada, lidar efetivamente com o estresse ambiental e se adaptar com sucesso a mudanças no mundo ao seu redor. A capacidade de trabalhar por objetivos de curto e longo prazo, monitorando e controlando efetivamente os pensamentos, sentimentos e comportamentos, foi denominada auto-regulação (WEINBERG; GOULD, 2008, p. 275).

### 4.3 A INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA

De acordo com Machado (1997) é contundente compreender primeiramente os fatores históricos que permeiam a influência da família, que vai além do contexto esportivo. Evidenciado pelo fato de que naturalmente o primeiro contato do indivíduo com o esporte, ocorre quando criança, sendo nas escolas, principalmente nas aulas de educação física escolar, mas também fora delas, em escolas especializadas e através dos pais, considerando que

[..] os pais, a sua influência também se faz sentir no processo de integração e socialização desportiva dos filhos e os seus efeitos podem estender-se ao nível do bem-estar psicológico e satisfação com a prática desportiva” (MACHADO; GOMES, 2011, p. 132).

Com base na família como primeiro contexto social da vida dos jovens atletas, é possível julgar esse fator como um local de refúgio e bem estar, pelo fato de que os vínculos parentais influenciam tanto direta quanto indiretamente nas decisões que serão tomadas para a vida, influenciando no desenvolvimento da identidade, personalidade, autoestima e motivação (MACHADO, 1997). Em contrapartida disso, à distância nas relações entre família e filhos, podem levar a efeitos negativos na prática e vida desses atletas, um exemplo é a dificuldade de lidar com frustrações (GOMES, 2010).

Por conta da relação de pais e atletas no esporte ser um fator delicado, torna-se essencial que os profissionais da área tenham o conhecimento necessário para conseguir lidar com essas situações. Pois da mesma maneira que uma intervenção adequada, auxilia no desenvolvimento do jovem na modalidade, uma ação de maneira equivocada pode causar consequências irreversíveis, chegando até ao abandono daquela prática (FABRIS, 2017).

Alguns fatores como a cobrança excessiva por parte dos pais e professores, a diferença nos níveis de maturação tanto física quanto cognitiva, o aumento do nível de estresse em jogos e competições, o ganhar a todo custo, deixar de lado o grau de divertimento potencializar os efeitos negativos no fracasso, são um dos principais pontos abordados por Gomes (2016) que podem causar o abandono de jovens em modalidade esportiva.

Esses fatores reafirmam preparo profissional e do engajamento da família com os jovens nas práticas esportivas, oferecendo apoio social, emocional e afetivo, influenciando os aspectos que estão por atingir essa grande parcela da sociedade, os auxiliando a iniciar e permanecer no esporte (GOMES, 2016).

Para que os aspectos negativos que ocorrem no esporte não interfiram ou ocasione no abandono do filho no esporte, é relevante que os professores e treinadores utilizem técnicas para explicar aos pais a importância do apoio emocional e a influência que estes geram nos indivíduos, entendendo como essa influência deve ocorrer (WEINBERG; GOULD, 20017).

A participação dos pais nos treinos, nas competições e nos ambientes esportivos é significativa para que ocorra o engajamento dos filhos no esporte, vivenciando cada etapa que o indivíduo passa nesse ambiente. A presença dos pais nas experiências vividas pelo seu filho(a) é de suma importância para que o mesmo entenda que possui um ponto de apoio e segurança, que o faça querer crescer e desenvolver nessas atividades (MORAES; RABELO; SALMELA, 2008).

Segundo Weinberg e Gould (2017) as responsabilidades dos pais no esporte são primordiais para que haja a participação dos filhos(as) no ambiente esportivo, estimulando a prática. Proporcionando experiências que o façam escolher a modalidade desejada, permitindo a decisão, compreendendo que ali o seu filho(a) busca apoio, segurança e divertimento.

É importante para os pais e familiares que estes não interfiram durante os jogos e treinos, pois o técnico é o responsável em transmitir orientações necessária, e os pais devem motivá-los a alcançar o bem estar na prática, mostrando os valores que isso proporciona, como amizade, cooperação e divertimento, enfatizado pelo próprio autor no “Código de Conduta” (WEINBERG; GOULD, 2008, p.548).

Portanto foi possível observar que o apoio emocional é um dos papéis mais importantes que os pais podem desempenhar na participação de seus filhos(as) no esporte, influência do seu desenvolvimento como um futuro atleta e também como ser humano (WEINBERG; GOULD, 2017).

#### **4.4. PAPEL DOS PAIS: DA INICIAÇÃO À FORMAÇÃO ESPORTIVA**

Segundo Gomes (1997), a iniciação e formação esportiva de jovens veem com um viés polêmico e repleto de dúvidas acerca desta temática, por conta da dificuldade que se tem em definir quais os parâmetros e orientações devem ser seguidas para a formação de crianças e jovens no ambiente esportivo. São diversos os benefícios que a atividade física pode trazer para os praticantes, começando pela promoção na saúde, tanto física com psíquica, melhoria nas competências e exigências físicas.

O fator psicossocial referente à prática esportiva ocasiona em vários aspectos positivos referentes à construção da personalidade do indivíduo, lidando com questões como cooperação e trabalho mútuo, a competitividade nas disputas que ocorrem em diversas modalidades e atividades esportivas, os laços que são criados entre os praticantes, estabelecendo amizade, respeito e compreensão, respeito com os árbitros e mediadores das partidas (GOMES, 1997).

De acordo com Gomes (1997), com grande importância nesse contexto, a família pode por beneficiar com o envolvimento nas práticas esportivas dos filhos, ocasionando a união, compreensão e empatia para que os jovens tenham bom desempenho, maturidade e apoio para seguir diante das adversidades.

A experiência de se obter sucesso em uma competição ou partida é uma mistura de sentimentos que agrada a todos os praticantes, porém, não é sempre que a vitória é alcançada, nas competições alguém tem que ganhar e alguém tem que perder, e isso pode acarretar em frustrações e decepções que sucumbem o esportista(GOMES, 1997).

Para Gomes (1997) a necessidade da vitória, transmitida por pais, treinadores enaltecem fatores negativos e prejudiciais aos atletas, isto é, os praticantes acabam recebendo orientações de certas ações que a demonstração de afeto ou respeito são um sinal de fraqueza do atleta, assim fazendo-o pensar que o adversário é um tipo de inimigo a ser combatido, ocasionando em possíveis brigas entre atletas e falta de fair play.

Outro fator prejudicial é quando o treinador opta por consideradas orientações que são antidesportivas, persuadindo os atletas a desrespeitar ou

enganar as autoridades em campo, cultivando provocações diante os adversários, menosprezando os sentimentos humanos, isso refletindo no seu desenvolvimento como pessoa (GOMES, 1997).

Outro aspecto negativo citado por Gomes (1997) é quando o foco está em ganhar a qualquer coisa, e outros aspectos como fazer novas amizades, se divertir na prática, são deixados de lado, isso por conta que a vitória não deve estar à frente do bem-estar, do divertimento e da prática de atividade física. Por isso é possível compreender como esses pequenos fatores, muitas vezes transmitidos inconscientemente por pais e treinadores podem causar o oposto que a prática de modalidade esportiva proporciona, alterando o entendimento e princípios de praticar um esporte.

Os aspectos positivos da construção de formação e orientação de pais e treinadores sobre os jovens podem acarretar alternativas que enquadrem padrões significativos do que pode e deve ser o esporte em suas vidas. São propostos três grandes aspectos para o desenvolvimento de futuros praticantes de atividades esportivas.

Primeiramente é considerado a preparação física, motora e tática, relacionando o bem-estar fisiológico e na prevenção de possíveis lesões. Em segundo ponto, entende-se a parte psicológica do jovem, relacionado ao controle emocional, adquirido através de experiências previamente vividas. E por último, o nível social diz respeito à importância sobre o entendimento de atitudes corretas na atmosfera esportiva, como regras e o fair play, que refletem em seu comportamento em sociedade (GOMES, 1997).

Portanto o papel dos pais se torna importante no seu desenvolvimento tanto social quanto esportivo, desde a iniciação esportiva até aos atletas de alto rendimento, refletindo no seu comportamento em sociedade e como um futuro atleta, enfatizado por Gomes (1997), que o bem estar e desenvolvimento do atleta vem em primeiro lugar e em segundo plano vem à vitória.

## 5. CONCLUSÃO

Com a construção desse trabalho foi possível investigar, analisar e compreender a amplitude dos conteúdos acerca do tema proposto, relacionando os aspectos positivos e negativos, as habilidades psicológicas necessárias para favorecer o crescimento e desenvolvimento dos indivíduos no esporte e como deve ser o papel dos profissionais da área e dos pais como influenciadores nos estados emocionais dos jovens, tanto como atletas quanto como seres humanos.

A prática de atividade física gera diversos benefícios para os seus praticantes, sejam eles fisiológicos, psicológicos e sociais. Os fatores psicossociais atingem diretamente na relação entre indivíduo e sociedade. As relações estabelecidas no esporte podem proporcionar a conquista de novas amizades, na construção de valores como o respeito, empatia, o fair play, além de tudo isso, a melhoria da saúde, conscientizando sobre hábitos saudáveis, levando diversão e conseqüentemente o bem-estar.

O ambiente esportivo proporciona a interação do indivíduo com o coletivo, estabelecendo amizades, respeito com os colegas e o trabalho em equipe, resultando na integração, cooperação e socialização entre os indivíduos. Esses fatores atingem diretamente no comportamento dos indivíduos, e a influência dos pais na iniciação dos filhos (as) no esporte é essencial para que se alcance o crescimento e desenvolvimento saudável.

Quando o acompanhamento destes jovens atletas ocorre de maneira correta, os benefícios da prática são potencializados e perceptíveis tanto durante o esporte quanto em outros ambientes. Desta forma os professores e pais se tornam facilitadores de experiências positivas para o desenvolvimento emocional dos jovens, proporcionando apoio e segurança, que os motivam e auxiliam na aprendizagem e absorção de novos conhecimentos, desenvolvendo além de fatores psicológicos, técnicos, táticos e físicos.

Porém os aspectos negativos também se fazem presentes nesses contextos, como já evidenciado, acarretando no abandono ao esporte, refletindo em questões sociais, como indisciplina e não saber lidar com as frustrações. Isso ocorre por conta de os pais exercerem de maneira equivocada

pressão em cima de seus filhos, em busca de resultados e retornos em curto prazo, estreitando as relações e facilitando o distanciamento entre eles.

Quando a vitória é considerada mais importante que o nível de diversão, o esporte se torna prejudicial para os praticantes, fatores como ansiedade e medo refletem diretamente no psicológico do indivíduo e acaba por prejudicar o seu comportamento e sua relação com pais e familiares, resultando na desmotivação, sentimento de culpa e frustração do indivíduo.

Quando os familiares, treinadores e torcida transmitem falsos valores morais e atitudinais, ocorre à inversão de valores no esporte, os atletas agem como se os adversários fossem inimigos, desrespeitam as autoridades da partida, utilizam de meios indevidos e ilegais para alcançar o sucesso, transformando a diversão que o esporte proporciona em um ambiente hostil e repleto de problemas, transmitindo e influenciando as pessoas que acompanham o esporte e prejudicando o comportamento do indivíduo como atleta e com cidadão.

E nesse contexto, a importância do apoio da família sobre os filhos, reflete muitas vezes na união de toda família, e desperta a maturidade e bem-estar nos praticantes os envolvendo cada vez mais no esporte.

O apoio emocional é um dos papéis mais importantes que os pais podem desempenhar na participação do filho no esporte, a transmissão de segurança, afetividade e presença influenciam diretamente na atuação do praticante, a relação estabelecida entre os indivíduos e a família ressalta os valores que o esporte proporciona e a determinação de continuar em constante desenvolvimento, sempre buscando o melhor, a diversão e o bem-estar.

Através da Psicologia do Esporte é possível observar a importância do estudo e conhecimento referente à influência dos pais e de como os mesmos interferem na prática de atividade esportiva de seus filhos. É papel do profissional de educação física compreender os fatores que atingem o comportamento dos praticantes, para poder intervir diretamente na prática dos indivíduos, afim de proporcionar melhorias na atuação, fazendo-os compreender os aspectos abrangentes, adquirindo uma relação de prazer, conquista e bem-estar dentro e fora do esporte.

## REFERÊNCIAS

CARMO, João Vítor de Moura et al. Motivos de início e abandono da prática esportiva em atletas brasileiros. **Hu Revista**, Juiz de Fora, v. 35, n. 4, p.257-264, dez. 2009.

FABRIS, F. D. L. **Rendimento esportivo na perspectiva da psicologia do esporte: influências da família**.2017. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em licenciatura em educação física) – Instituto de Biociências de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2017.

FERREIRA, Renato Melo; MORAES, Luiz Carlos de. Influência da família na primeira fase de desenvolvimento da carreira de nadadores medalhistas olímpicos brasileiros. **Motricidade**, Belo Horizonte, v. 8, n. 2, p.42-51, 2012.

FONSECA, G.M.M.; STELA E.S. Família e Esporte: A influência parental sobre a participação dos filhos no futsal competitivo. **Revista Kinesis**. v. 2, n. 33, p. 41-60, 2015.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 1994.

GOMES, A. R. Aspectos psicológicos na iniciação e formação desportiva: O papel dos pais. In: CRUZ, J.F.; GOMES, A.R. **Psicologia aplicada ao desporto e atividade física**.1 ed. p. 291- 319. Braga: Apport, 1997.

GOMES, Rui António. Influência parental no desporto: a percepção de pais e jovens atletas portugueses. **Estudos de Psicologia**, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, Brasil, v. 27, n. 4, p.491-503, out. 2010.

MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo**.São Paulo: Guanabara Koogan, 2006.

MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: temas emergentes**. Jundiaí: Ápice, 1997.

MACHADO, A. A.; GOMES, R. **Psicologia do Esporte: da escola à competição**. 1. ed. Jundiaí: Fontoura, 2011.

MORAES, Luiz Carlos; RABELO, André Scotti; SALMELA, John Henry. Papel dos Pais no Desenvolvimento de Jovens Futebolistas. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Belo Horizonte, v. 17, n. 2, p.211-222, 2004.

NUNOMURA, Myrian; OLIVEIRA, Mauricio Santos. A participação dos pais na carreira das atletas femininas de ginástica artística: a perspectiva dos técnicos. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, Ribeirão Preto, p.1-10, 2014.

PRATTA, E. M. M. & Santos, M. A. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Psicologia em Estudo**, v. 12, n. 2, p. 247-256, maio/ago. 2007.

RAMOS, A. M.; NEVES, R. L. R. A iniciação esportiva e a especialização precoce à luz da teoria da complexidade. **Revista Pensar à Prática**. Vol. 11. Núm. 1. p.1-8. 2008.

REIS, Cleiton Pereira; FERREIRA, Márcia Cristina Custódia; MORAES, Luiz Carlos Couto de Albuquerque. O apoio dos pais ao desenvolvimento da carreira de atletas

masculinos de basquetebol. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Belo Horizonte, v. 38, n. 2, p.149-155, 2016.

RUBIO, K. A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. In: **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 19, n.3, p. 60-69, s/m 1999.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.