

O VÍNCULO NO ESPORTE: DESLOCAMENTO DO SETTING TERAPÊUTICO E A CONSTRUÇÃO DA RELAÇÃO ENTRE PSICÓLOGO E ATLETA

MANUELA ALMEIDA SOUZA¹; VICTORIA HECKTHEUER HALLAL²

¹ Universidade Católica de Pelotas – manuela.asouza@sou.ucpel.edu.br

² Universidade Católica de Pelotas – victoria.hallal@sou.ucpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A Psicologia do Esporte tem ganhado espaço no cenário brasileiro, ampliando o olhar para além do desempenho atlético e alcançando aspectos emocionais, sociais e relacionais envolvidos na prática esportiva. Apesar desse crescimento, ainda não há, no Brasil, um código de ética ou diretrizes específicas que falem sobre o deslocamento do *setting* terapêutico e sobre como a sustentação do vínculo entre atleta e psicólogo acontece em meio a tanto dinamismo no ambiente esportivo.

O *setting*, na psicologia, é compreendido como o conjunto de condições que configuram o espaço terapêutico. No contexto clínico tradicional, esse espaço costuma ser delimitado e estável, visto que o paciente/cliente ocupa um horário fixo semanal ou quinzenal com um profissional da sua escolha, e a escuta ocorre em uma estrutura previamente estabelecida. Já no contexto esportivo, o *setting* apresenta nuances diferentes, pois a atuação do psicólogo pode ocorrer em vários ambientes, como ginásios, vestiários, arquibancadas ou locais de competição; e, muitas vezes, pelo dinamismo e rapidez em que as coisas acontecem, a flexibilidade e adaptação do psicólogo precisa acompanhar esse deslocamento de *setting* para que não se perca a essência da prática profissional.

Nesse cenário, a construção e a sustentação do vínculo entre psicólogo e atleta torna-se um dos elementos centrais para a efetividade do processo. Como destaca BLEGER (1984), o *setting* funciona como um continente que sustenta o processo terapêutico, garantindo segurança para o vínculo; no entanto, no contexto esportivo, esse continente precisa ser constantemente ressignificado, como apontam RUBIO (2019) e SAMULSKI (2009), já que a atuação do psicólogo se dá em espaços diversos e altamente dinâmicos.

A literatura em Psicologia do Esporte indica que a atuação ética é indissociável da qualidade do vínculo estabelecido entre psicólogo e atleta. O Código de Ética da Association for Applied Sport Psychology – AASP (2020) orienta a prática com base em princípios, como: competência, integridade, respeito aos direitos e à dignidade das pessoas, preocupação com o bem-estar e responsabilidade social. No contexto esportivo, tais princípios sustentam a construção de um *setting* ético e seguro, condição fundamental para que a busca por performance não se sobreponha ao cuidado com a saúde mental. No entanto, observa-se uma lacuna: embora existam resoluções e referências sobre ética profissional, ainda não há normativas específicas que tratem da flexibilidade e mobilidade do *setting* no esporte. Assim, a atuação prática apoia-se no código geral, cabendo ao psicólogo realizar adaptações que dialoguem com as particularidades do ambiente esportivo, como já sugerido por autores da área, a exemplo de Rubio (2019).

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de estágio em Psicologia do Esporte, ressaltando a importância do *setting* e da

construção do vínculo terapêutico no contexto esportivo, além de analisar os impactos produzidos por essa relação na prática profissional e no desenvolvimento das atletas.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência em Psicologia do Esporte, realizado e supervisionado pelo Núcleo de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício – NEPEE, da Universidade Católica de Pelotas – UCPel. O estágio teve início em fevereiro de 2025, junto à equipe feminina da Associação MALGI de Esportes, composta por 18 atletas com idades entre 18 e 37 anos.

As atividades envolveram encontros em grupo semanais, com duração aproximada de 1 hora, abordando temas relacionados à autocobrança, a desempenho, à competitividade, a bem-estar, a foco e à concentração. Além disso, foram realizadas escutas individuais sob demanda, permitindo atendimento personalizado às necessidades de cada atleta. A proposta metodológica fundamentou-se em referenciais da psicologia do esporte (RUBIO, 2003) e em princípios da abordagem humanista de Carl Rogers, nos quais a escuta, a empatia e o vínculo são entendidos como eixos centrais da intervenção.

Destarte, o principal objetivo das intervenções foi promover a saúde mental das atletas e desenvolver estratégias para que elas pudessem acessar tanto suas potencialidades individuais quanto coletivas, favorecendo a evolução pessoal e uma boa coesão grupal. Para assegurar uma atuação ética e qualificada, o NEPEE promove reuniões semanais de supervisão, nas quais são discutidas as intervenções realizadas e planejadas, sob a orientação da psicóloga esportiva Victoria Hallal.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Ao longo da experiência, reconheceu-se que o vínculo foi o fator determinante para que houvesse engajamento nos encontros, abertura nas escutas individuais e eficácia das intervenções. Muitas atletas relataram dificuldades relacionadas à autocobrança e à pressão por desempenho, sentimentos comuns no ambiente esportivo. O espaço oferecido pela psicologia foi percebido como um lugar seguro para expressar fragilidades, compartilhar perspectivas, construir estratégias emocionais diante das pressões da alta performance e fortalecer a identidade do time.

A flexibilidade do *setting* esportivo ampliou as possibilidades de intervenção. Conversas significativas aconteceram não apenas nos encontros planejados, mas também em espaços informais, como vestiário, arquibancada ou caronas. Sem a barreira rígida do consultório, esse deslocamento mostrou-se essencial para acessar as atletas em sua realidade como pessoa, revelando um lado mais espontâneo de como elas lidam com circunstâncias do cotidiano. Logo, o impacto se manifestou tanto no fortalecimento da coesão grupal, sustentando o sentimento de pertencimento, quanto na valorização da saúde mental dentro do time.

4. CONSIDERAÇÕES

Este relato mostra a complexidade e a riqueza da atuação profissional do psicólogo no ambiente esportivo e fora da ideia tradicional de *setting* clínico. Ele

destaca que a movimentação do cenário ao redor é o que sustenta e consolida o vínculo, pois é esse acesso por diferentes frestas é o que torna a leitura do contexto mais completa. E é dentro da instabilidade das circunstâncias e dessas arestas do cotidiano do atleta que uma relação terapêutica de confiança vai se estruturando. Porém, como apontado na introdução, no Brasil, a falta de diretrizes específicas para essa atuação em deslocamento reforça a importância de produzir conhecimento, compartilhar experiências e incentivar discussões que deem suporte a práticas éticas, seguras e adaptativas.

Portanto, para a formação acadêmica, o estágio na Associação MALGI de Esportes proporcionou uma oportunidade de contato direto com a prática profissional no contexto esportivo, trazendo o aprendizado sobre a necessidade de adaptação constante, assim como a importância da presença genuína nessas diferentes circunstâncias para que a relação entre atleta e psicólogo aconteça. Logo, esse movimento de cenário permitiu desenvolver a sensibilidade e a percepção para ler o ambiente, aguçar a capacidade de observação e aplicar as intervenções necessárias. Como consequência, essa experiência fortaleceu a compreensão de que a Psicologia do Esporte é, sobretudo, enxergar o ser humano que respira por trás do atleta.

5. REFERÊNCIAS

BLEGER, José. **Psicologia da conduta**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 1984.

RUBIO, Katia. **Psicologia do Esporte: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2019.

RUBIO, Katia. Estrutura e Dinâmica dos Grupos Esportivos. In: RUBIO (org.). **Psicologia do Esporte: Teoria e Prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

VALLE, Márcia Pilla do. **Dinâmica de grupo aplicada à psicologia do esporte**/Márcia Pilla do Valle. – 2. Ed. – São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013. (Coleção psicologia do esporte/dirigida por Katia Rubio).

SAMULSKI, Dietmar. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.

ASSOCIATION FOR APPLIED SPORT PSYCHOLOGY (AASP). Ethics Code. Indianapolis, 2020. Disponível em: <https://appliedsportpsych.org/about/ethics/ethics/>.

ROGERS, Carl R. Tornar-se pessoa: uma perspectiva de crescimento. Rio de Janeiro: Zahar, 1980.