

CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO SERVIÇO SOCIAL PARA O BEM-ESTAR E RENDIMENTO ESPORTIVO DE ATLETAS EM FORMAÇÃO: uma análise bibliográfica

Patricia Maria dos Santos Massafera Toquette¹⁹

Aracele Maria de Souza²⁰

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo analisar, por meio de uma análise bibliográfica, as contribuições da Psicologia do Esporte e do Serviço Social para o bem-estar e o rendimento esportivo de atletas em formação, com ênfase no papel das famílias nesse processo. Parte-se da premissa de que a escuta qualificada, o acompanhamento emocional e as ações articuladas entre profissionais e familiares podem reduzir os impactos negativos do distanciamento familiar e potencializar tanto o desenvolvimento psicossocial quanto o desempenho esportivo. A adolescência é um período marcado por intensas transformações, em que o suporte afetivo e os vínculos de pertencimento se tornam fundamentais para a construção de identidade, autoestima e motivação. Nesse cenário, a família é reconhecida como a principal rede de apoio, exercendo influência direta sobre a permanência no esporte, a saúde emocional e os resultados alcançados em campo. Contudo, a distância geográfica, os desafios socioeconômicos e a lógica do futebol de base frequentemente fragilizam essa relação. O estudo fundamenta-se em autores como Bronfenbrenner (1996), que ressalta a relevância dos sistemas de apoio no desenvolvimento humano; Erikson (1998), que discute a formação da identidade na adolescência; Iamamoto (2009), que analisa o papel crítico do assistente social; e Weinberg e Gould (2017), que abordam fatores psicológicos determinantes no desempenho esportivo.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte. Serviço Social. Família. Atletas em Formação. Bem-estar.

ABSTRACT

This article aims to analyze, through a bibliographic review, the contributions of Sports Psychology and Social Work to the well-being and sports performance of athletes in training, with emphasis on the role of families in this process. The premise is that qualified listening, emotional support, and coordinated actions between professionals and families can reduce the negative impacts of family distancing and enhance both psychosocial development and athletic performance. Adolescence is a period marked by profound transformations, in which emotional support and belonging bonds become fundamental for the construction of identity, self-esteem, and motivation. In this context, the family is recognized as the main support network, exerting a direct influence on emotional health, permanence in sports, and on-field performance. However, geographical distance,

¹⁹ Pós-graduada em Psicologia do Esporte pela Faculdade Famart. E-mail: patimassafera@gmail.com

²⁰ Professora orientadora do estudo e do artigo. Professora dos cursos de Graduação e Pós-Graduação lato sensu da Faculdade Famart, Itaúna-MG. Mestre e Doutora em Ciências.

socioeconomic challenges, and the dynamics of youth football often weaken this relationship. The study is based on authors such as Bronfenbrenner (1996), who highlights the importance of support systems in human development; Erikson (1998), who addresses identity construction in adolescence; Iamamoto (2009), who examines the critical role of the social worker; and Weinberg and Gould (2017), who analyze psychological factors affecting sports performance.

Keywords: Sports Psychology. Social Work. Family. Youth Athletes. Well-being.

1 INTRODUÇÃO

O futebol de base no Brasil representa um espaço de formação esportiva que, ao mesmo tempo em que possibilita a realização do sonho profissional de muitos jovens, também impõe desafios relacionados ao afastamento da família e às exigências do alto rendimento. Nesse cenário, torna-se evidente que o desenvolvimento do atleta não se restringe ao aprimoramento técnico-tático, mas envolve dimensões emocionais, sociais e psicológicas que precisam ser consideradas de forma integrada.

A adolescência, fase em que se encontra a maioria dos atletas em formação, é marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, exigindo vínculos afetivos consistentes para a construção da identidade e da autoestima (ERIKSON, 1998). Contudo, a distância geográfica, as condições socioeconômicas e a lógica do futebol de base frequentemente fragilizam a relação familiar, comprometendo tanto o bem-estar psicossocial quanto o rendimento esportivo.

Nesse contexto, o Serviço Social e a Psicologia do Esporte apresentam potencial de atuação interdisciplinar, promovendo mediações entre instituições esportivas e famílias, fortalecendo vínculos e oferecendo suporte psicossocial ao jovem atleta. O Serviço Social, com base em princípios de defesa de direitos e transformação social (IAMAMOTO, 2009), aliado à Psicologia do Esporte, que oferece acompanhamento emocional e escuta qualificada (WEINBERG; GOULD, 2017), configura uma abordagem capaz de ampliar o cuidado integral com o atleta.

Diante disso, a questão que orienta esta investigação é: de que forma a atuação interdisciplinar da Psicologia do Esporte e do Serviço Social junto às famílias de atletas em formação pode contribuir para o bem-estar e o rendimento esportivo?

O presente artigo tem como objetivo geral analisar, a partir de uma revisão bibliográfica, as contribuições da Psicologia do Esporte e do Serviço Social no

fortalecimento das famílias de atletas em formação, compreendendo como essa articulação pode impactar positivamente seu desenvolvimento psicossocial e desempenho esportivo.

A justificativa deste estudo fundamenta-se na relevância acadêmica e prática de compreender as interfaces entre esporte, família e suporte interdisciplinar, considerando que a permanência e o rendimento esportivo estão diretamente relacionados ao bem-estar dos atletas. A discussão contribui para o avanço da produção científica sobre o tema, além de oferecer subsídios às instituições esportivas e profissionais que atuam na formação de jovens atletas.

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de natureza qualitativa, sustentada em referenciais teóricos que discutem o desenvolvimento humano (BRONFENBRENNER, 1996), a identidade na adolescência (ERIKSON, 1998), a atuação crítica do assistente social (IAMAMOTO, 2009) e os aspectos psicológicos do rendimento esportivo (WEINBERG; GOULD, 2017).

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 O FUTEBOL DE BASE E OS DESAFIOS DA FORMAÇÃO INTEGRAL

O futebol de base no Brasil representa não apenas uma etapa preparatória para o alto rendimento, mas também um espaço permeado por disputas simbólicas, sociais e econômicas que impactam diretamente o processo formativo dos jovens atletas. Muitos deles deixam suas cidades de origem ainda muito jovens, sendo alocados em centros de treinamento e alojamentos situados a grandes distâncias de suas famílias. Esse modelo, que privilegia o desempenho técnico e físico, nem sempre contempla de forma adequada as dimensões subjetivas e sociais do desenvolvimento humano (WEINBERG; GOULD, 2017).

O distanciamento familiar pode gerar sentimentos de solidão, abandono, insegurança e dificuldades de adaptação, especialmente durante a adolescência — fase marcada pela busca de identidade e pela necessidade de pertencimento (ERIKSON, 1998). A ausência de vínculos afetivos sólidos compromete tanto o bem-estar emocional quanto a motivação e a permanência no esporte. Além disso, a origem socioeconômica de muitos atletas é marcada por vulnerabilidades, o que reforça a importância do suporte institucional e familiar. Nesse cenário, a presença de psicólogos do esporte e assistentes sociais torna-se

fundamental para fortalecer vínculos, mediar conflitos e prevenir situações de negligência ou adoecimento psíquico.

2.2 A INTERDISCIPLINARIDADE COMO EIXO ESTRATÉGICO DE ATUAÇÃO

A formação esportiva é um processo multifatorial, o que torna indispensável a atuação interdisciplinar. A Psicologia do Esporte contribui com suporte emocional, desenvolvimento de habilidades psicológicas e estratégias para lidar com pressões competitivas, enquanto o Serviço Social atua na articulação de redes de apoio, no fortalecimento de vínculos familiares e na garantia de direitos.

Essa convergência amplia o olhar sobre o jovem atleta, permitindo intervenções que considerem não apenas seu rendimento esportivo, mas também sua realidade familiar, escolar e social (IAMAMOTO, 2009). À luz do modelo ecológico de Bronfenbrenner (1996), que analisa o desenvolvimento humano a partir da interação entre indivíduo e sistemas de apoio, a interdisciplinaridade assume caráter estratégico no esporte de base, favorecendo uma trajetória mais saudável e sustentável.

2.3 A FAMÍLIA COMO REDE DE APOIO ESSENCIAL

Mesmo diante das distâncias físicas impostas pelo futebol de base, a família continua sendo a principal referência afetiva e emocional para os jovens atletas. Sua presença — ainda que mediada por tecnologias — exerce impacto direto sobre autoestima, resiliência e saúde mental. Minayo (2004) ressalta que os vínculos familiares são centrais nas estratégias de proteção, especialmente em contextos de vulnerabilidade social.

Nesse sentido, cabe aos profissionais criar condições para que a família participe ativamente da formação, seja por meio de atendimentos remotos, encontros periódicos ou atividades de integração promovidas pelos clubes. A instituição esportiva deve assumir compromisso ético com o cuidado integral, reconhecendo que o rendimento esportivo está intrinsecamente ligado ao desenvolvimento humano.

2.4 A ADOLESCÊNCIA COMO FASE CRÍTICA DE DESENVOLVIMENTO

A adolescência é um período de transição caracterizado por mudanças biológicas, cognitivas e emocionais. Para Erikson (1998), trata-se da fase em que o indivíduo busca construir sua identidade e autonomia. Quando esse processo ocorre distante da família e em ambientes de alta competitividade, surgem riscos importantes relacionados à vulnerabilidade emocional.

Pressão por resultados, medo de falhar e dificuldade de adaptação podem gerar sofrimento psíquico e estresse. A Psicologia do Esporte atua na promoção da saúde mental, utilizando técnicas de treinamento psicológico, autorregulação e resiliência (WEINBERG; GOULD, 2017). Porém, essas intervenções mostram-se mais eficazes quando articuladas ao trabalho do Serviço Social, que identifica vulnerabilidades, estabelece pontes com as famílias e aciona redes públicas de proteção.

2.5 A MEDIAÇÃO COM AS FAMÍLIAS: ESCUTA, VÍNCULO E CORRESPONSABILIDADE

A mediação com as famílias é uma das principais contribuições da atuação interdisciplinar. Muitas vezes, a distância física, as condições socioeconômicas e a baixa escolaridade limitam a participação efetiva dos familiares no processo formativo. Ainda assim, como destaca Bronfenbrenner (1996), a família permanece exercendo papel central no desenvolvimento.

A criação de canais de escuta e diálogo deve integrar os projetos pedagógicos dos clubes. Encontros periódicos, atendimentos virtuais, visitas domiciliares e orientações sobre o papel da família no processo esportivo são estratégias que reduzem os impactos da distância e promovem segurança emocional. O assistente social, nesse contexto, assume papel estratégico como mediador institucional (IAMAMOTO, 2009), articulando redes de proteção, mediando conflitos e assegurando direitos infantojuvenis.

2.6 A INSTITUIÇÃO ESPORTIVA COMO ESPAÇO DE CUIDADO INTEGRAL

As instituições esportivas, historicamente voltadas para a formação técnica, são hoje convocadas a assumir também uma função social e educativa. Essa mudança implica compreender que o desempenho esportivo é consequência de um processo mais amplo de desenvolvimento humano.

A presença de equipes interdisciplinares, incluindo psicólogos, assistentes sociais, pedagogos e nutricionistas, contribui para a construção de ambientes éticos e acolhedores. Práticas como rodas de conversa, oficinas socioeducativas, acompanhamento escolar e ações de integração fortalecem vínculos institucionais, reduzem riscos e ampliam o senso de pertencimento (SILVA; MARTINS, 2020). Quando o jovem se sente cuidado, tende a responder de forma mais positiva tanto no aspecto emocional quanto no desempenho esportivo.

2.7 RESULTADOS ESPERADOS E IMPACTOS DA ATUAÇÃO INTERDISCIPLINAR

A atuação integrada entre Psicologia do Esporte e Serviço Social possibilita um acompanhamento mais completo e humanizado, impactando positivamente o bem-estar e o rendimento esportivo. Entre os principais resultados esperados estão:

- Redução da evasão e do abandono precoce da carreira;
- Fortalecimento da motivação e da autoconfiança;
- Consolidação de vínculos familiares e redes de apoio;
- Prevenção de negligências, violências institucionais e sofrimentos psíquicos;
- Formação de atletas mais conscientes, resilientes e preparados para a vida profissional e pessoal.

Esses resultados evidenciam a necessidade de políticas institucionais que reconheçam a interdisciplinaridade como eixo estruturante do esporte de base. Mais do que formar atletas competitivos, trata-se de formar cidadãos íntegros, conscientes de seus direitos e conectados às suas origens.

3 CONCLUSÃO

A formação esportiva de jovens atletas de futebol de base, sobretudo daqueles que vivem afastados de suas famílias, exige um olhar atento, ético e sensível às múltiplas dimensões do desenvolvimento humano na adolescência. A problematização que orientou este estudo — de que forma a atuação interdisciplinar da Psicologia do Esporte e do Serviço Social junto às famílias de atletas em formação pode contribuir para o bem-estar e o rendimento esportivo — mostrou-se pertinente ao evidenciar que o desempenho

esportivo não pode ser compreendido isoladamente do contexto social, emocional e familiar em que o atleta está inserido.

O objetivo proposto de analisar, a partir de uma revisão bibliográfica, as contribuições da Psicologia do Esporte e do Serviço Social no fortalecimento dos vínculos familiares e na promoção do bem-estar psicossocial foi alcançado. Os estudos revisados permitiram identificar que a escuta qualificada, a mediação institucional e a articulação com redes de apoio, quando associadas a intervenções psicológicas de fortalecimento emocional e de gestão das demandas competitivas, constituem estratégias eficazes para reduzir os impactos do distanciamento familiar e potencializar o rendimento esportivo.

A justificativa que fundamenta esta pesquisa também se confirmou, uma vez que discutir a atuação interdisciplinar no esporte de base contribui não apenas para o avanço acadêmico sobre o tema, mas também para a prática cotidiana das instituições esportivas. Os resultados apontados reforçam a necessidade de políticas institucionais que garantam o cuidado integral do jovem atleta, compreendendo-o como sujeito de direitos e não apenas como futuro jogador.

Portanto, a parceria entre Psicologia do Esporte e Serviço Social representa um caminho promissor. Enquanto a Psicologia do Esporte contribui com ferramentas voltadas à motivação, autorregulação e gestão do estresse, o Serviço Social atua na defesa de direitos, na mediação institucional e no fortalecimento dos laços familiares e comunitários. A integração dessas áreas amplia as possibilidades de intervenção, assegurando que o processo formativo seja mais humano, justo e sustentável.

Defender a atuação interdisciplinar no futebol de base é, em última instância, defender uma formação esportiva comprometida com a vida para além do resultado, capaz de formar atletas mais resilientes, conscientes e cidadãos mais íntegros, preparados para os desafios dentro e fora de campo.

4 REFERÊNCIAS

BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**. Porto Alegre: Artmed, 1996.

ERIKSON, E. **Identidade, juventude e crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

IAMAMOTO, M. V. **Serviço social em tempo de capital fetiche: capital financeiro, trabalho e questão social**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2009.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

SILVA, R. L.; MARTINS, F. S. **Esporte e formação integral: perspectivas interdisciplinares no futebol de base.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 42, n. 3, p. 55-72, 2020.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício.** 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.