

## **O TÉCNICO DESPORTIVO: ASPECTOS MOTIVACIONAIS**

**LORENNA PEREIRA OLIOSI**

Centro Universitário Vila Velha – UVV/ Prefeitura Municipal de Vila Velha – PMVV, Vila Velha,  
Espírito Santo, Brasil  
lorenna.oliosi@hotmail.com

**MARCOS TADEU NÉSPOLI RODRIGUES**

Centro Universitário Vila Velha – UVV, Vila Velha, Espírito Santo, Brasil  
marcosnespoli@oi.com.br

**DIRCE MARIA CORRÊA DA SILVA**

Delegada FIEP- ES  
Centro Universitário Vila Velha – UVV, Vila Velha, Espírito Santo, Brasil  
dirce@uvv.br

### **INTRODUÇÃO**

A motivação é um elemento psicológico muito presente nos esportes. A área de estudos da psicologia do esporte concentra a grande maioria das pesquisas referentes às características psicológicas dos atletas, poucos são os trabalhos realizados com os técnicos (BRANDÃO; AGRESTA; REBUSTINI, 2002).

Segundo Brandão; Agresta e Rebutini (2002) a manutenção do equilíbrio e da dinâmica de um grupo é uma das funções mais importantes do técnico desportivo. Apesar disto, pouco se tem estudado sobre a motivação do técnico. Assim, com este estudo pretendemos investigar na bibliografia da área, questões relativas aos aspectos psicológicos que envolvem técnicos desportivos, principalmente no que se refere à motivação deste, em sua atuação profissional e sua relação com equipe/ atletas.

Este estudo se caracteriza como pesquisa indireta de procedimento bibliográfico, que buscou investigar questões relativas aos aspectos motivacionais em treinadores desportivos. A pesquisa indireta caracteriza-se pela utilização de informações, conhecimentos e dados já coletados. O método bibliográfico procura explicar um problema a partir de referência teórica, podendo ser realizada de forma independente, constituindo-se uma pesquisa científica (MATTOS et al, 2008).

### **FENÔMENO DESPORTIVO E MOTIVAÇÃO**

O fenômeno esportivo é permeado por emoções, por isso o aspecto psicológico deve ser muito considerado quando treinamos uma equipe. O papel do técnico torna-se fundamental para um bom desempenho da equipe, devendo este estar motivado e psicologicamente preparado para enfrentar as diversas exigências que lhe são impostas.

Magil (1998) considera a motivação como causa de um comportamento e a define como alguma força interior, impulso ou uma intenção, que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de certa forma.

Para Samulski (2002) a motivação pode ser definida como a totalidade de fatores que determinam a atualização de formas de comportamento dirigido a um determinado objetivo, ou seja, a motivação se caracteriza como um processo ativo, intencional, dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos). Andrade et al (2006) acrescentam ainda que o fenômeno da motivação seja muito complexo. Ela se edifica a partir das diferenças individuais, é fruto de experiências acumuladas e liga-se

diretamente à história de cada um. Além das variáveis intrínsecas, há os fatores extrínsecos ao indivíduo que também o motivam suas ações e escolhas.

Os motivos intrínsecos são resultantes da própria vontade do indivíduo, representa o desejo interior para atingir algum objetivo ou satisfazer determinada necessidade (MALAVASI; BOTH, 2005).

A motivação extrínseca depende de fatores externos, alguns motivos provêm de fontes externas ao indivíduo e à tarefa, incluindo-se aí diversas recompensas sociais e sinais de sucesso. Para todos esses fatores terem seus efeitos motivacionais pretendidos é necessário considerar a avaliação subjetiva daquele que está envolvido na atividade. Assim, aquilo que pode ser muito motivante para uma pessoa para uma segunda pode não ter o mesmo impacto.

Com relação à prática esportiva, concordamos com Samulski (2002) quando afirma que a motivação depende de uma interação entre aspectos da personalidade como expectativas, necessidades e interesses e fatores ambientais, como desafios, influências sociais e facilidades.

## **A MOTIVAÇÃO E O TÉCNICO DESPORTIVO**

Na preparação de uma equipe devemos ter preocupação não somente com a parte física das pessoas, mas também com o aspecto psíquico. Muitas vezes estes aspectos são determinantes para o desenvolvimento das práticas esportivas, independente da natureza, principalmente em crianças e portadores de necessidade especiais. Pode-se dizer que muitas pessoas praticam algum tipo de atividade não só por causa dos benefícios à saúde, mas por causa do bem-estar psíquico que acompanha os praticantes assíduos (MALAVASI; BOTH, 2005).

A motivação como aspecto psicológico é elemento fundamental que deve estar presente nos técnicos possibilitando otimizar o seu trabalho e também o desempenho da equipe.

Um bom técnico é aquele capaz aflorar em seus atletas a motivação para desempenhar com o máximo esforço na busca das metas. Este técnico possui qualidades como o entusiasmo, demonstrando intenso desejo em conquistar as metas; integridade, apresentando verdadeiramente suas intenções, limites e possibilidades com relação à equipe; senso de propósito e direção, apresentando domínio no que faz e clareza nas suas intenções; disposição para suportar a carga física e psíquica conseqüente do seu papel como técnico; e coragem e determinação, para assumir as melhores possibilidades e tomar decisões adequadas na busca para alcançar as metas (BRANDÃO; AGRESTA; REBUSTINI, 2002).

Transmitir confiança, lealdade, poder de decisão aos seus atletas é a máxima esportiva para todas as modalidades, individuais ou coletivas. O convívio entre aprendizados (vitórias e derrotas) pode alterar humores e trazer emoções das mais diversas. O técnico é o responsável pelas reações que sua equipe apresentar e por isso deve apreender conhecimentos das mais variadas áreas de estudo da Educação Física. Hoje, em equipes com menor destaque e apoio financeiro, acreditamos que o técnico é pai, mãe, roupeiro, boleiro, marcador de jogo, psicólogo, empresário, patrocinador, preparador técnico e tático, fisioterapeuta, médico e principalmente amigo. Por isso, o respeito é fundamental para o desenvolvimento de um bom trabalho.

No ambiente desportivo, o técnico, como líder de uma equipe, além da necessidade de ter as qualidades apresentadas, precisa cumprir vários papéis (BRANDÃO; AGRESTA; REBUSTINI,

2002). Neste contexto, os autores, na pesquisa de análise emocional de técnicos brasileiros, apontaram para o desgaste desses treinadores, justificado principalmente pelo fato de assumirem diversos papéis no cenário de treinamento. A partir de Brandão; Agresta e Rebutini (2002) criamos o quadro abaixo:

<b>PAPEL</b>	<b>CARACTERÍSTICA</b>
<b>Administrador</b>	O técnico precisa saber administrar várias áreas, os treinamentos, o grupo técnico, o grupo de apoio, a imprensa, o contato com os torcedores e patrocinadores.
<b>Amigo</b>	O técnico tem que estar preocupado com o bem-estar e a felicidade dos seus atletas. Ele deve impedir a apatia e o desinteresse e, ao mesmo tempo, reconhecer que cada atleta tem diferentes motivações, interesses, atitudes e habilidades. O técnico deve ainda ser fonte de inspiração para seus atletas, dando oportunidades iguais para que cada um possa mostrar suas capacidades.
<b>Planejador</b>	O técnico precisa entender a estrutura, os sistemas e as estratégias táticas dos times adversários, para poder criar formas de enfrentamento.
<b>Professor</b>	O técnico tem que ter um conhecimento profundo da modalidade e instruir os jogadores de forma correta, tomando cuidado para que eles não adquiram vícios. Ao mesmo tempo, ele deve estar preocupado com a eficiência do grupo na busca de resultados esportivos elevados.
<b>Psicólogo</b>	O técnico deve garantir e estabelecer meios claros e objetivos de comunicação, ser capaz de receber e transmitir informações de uma forma precisa deve ser um bom motivador do grupo, tentar desenvolver os sonhos e aspirações de seus atletas e ao mesmo tempo dar autonomia e permitir o crescimento individual dos jogadores.

Com todos esses papéis percebemos que o técnico é o “carro-chefe” da equipe e por isso deve estar física e psicologicamente muito bem preparado ao assumi-la, pois suas responsabilidades e atitudes são marcantes durante treinos e competições.

Neste sentido, Samulski (2002) apresenta algumas diretrizes motivacionais para técnicos no esporte, que se apresentam como orientações para a prática do treinador, sensibilizando-os para a importância do processo da motivação. Isto possibilita uma interação mais consciente com seu atleta, representando fator decisivo para o esporte de rendimento. É importante que o técnico assuma seus papéis, mas tome consciência de que seus atletas precisam assumir responsabilidades.

<b>PROBLEMATIZAÇÃO</b>	<b>DIRETRIZES</b>
Reconhecer problemas	Ter sensibilidade para entender problemas de motivação no treinamento e na competição. Tentar, antecipadamente, reconhecer as causas dos problemas de motivação e conflitos, para evitá-los com medidas preventivas adequadas.
.Transmitir motivação	Você deve ser capaz de se motivar diante de situações difíceis e apresentar um modelo positivo para seus atletas. Você só poderá exigir alta motivação dos seus atletas quando estiver motivado. Um técnico que não consegue se motivar terá dificuldades para motivar seus atletas.
Ambiente positivo de treino	Criar um clima positivo de treinamento e de competição resultará na redução de muitos problemas. Seus atletas treinarão mais motivados e apresentarão uma orientação positiva na competição.

Confiança	Mostrar confiança nas suas ações e nas de seus atletas. Ter confiança nos fatores positivos da equipe e treinar os pontos fracos. A autoconfiança de seus atletas desenvolve-se, em primeiro lugar, a partir da confiança que você deposita neles.
Responsabilidade	Promover a autonomia e auto-responsabilidade de seus atletas, fazendo com que eles tenham uma participação ativa e responsável no processo de treinamento e designar-lhes também determinadas tarefas e funções de responsabilidade.
Estabelecer metas	Apresentar metas realistas e exigidas no treinamento e na competição, considerando que essas metas correspondem às capacidades individuais de cada atleta e que devem ser alcançadas por meio do esforço. Estimular seus atletas a estabelecer, realizar e avaliar suas próprias metas.
Trabalho em equipe	Não atribuir o sucesso esportivo a sua própria competência e o fracasso à incapacidade de seus atletas. Tentar esclarecer e analisar o rendimento esportivo de forma adequada. Estimular seus atletas a assumir responsabilidades para o sucesso e fracasso. Eles devem apresentar, sobretudo, a atribuir preferencialmente à falta de esforço, de modo que a motivação para o treinamento possa ser aumentada futuramente.
Elogios x repreensão	Considerar que elogio e reconhecimento motivam mais do que declarações discriminadoras e de repreensão. Estimular seus atletas, fortalecendo-os positivamente em determinadas situações.
Desenvolver a motivação	Desenvolver em seus atletas a motivação para o rendimento e sucesso.

Os elementos apresentados retratam a cadeia de situações que os técnicos desportivos enfrentam diante de um treinamento, de períodos de intensa dedicação e preparação. Por isso, serve de base para os técnicos e futuros técnicos traçarem objetivos, e alcançá-los a partir de estratégias adequadas, que considerem os aspectos motivacionais individuais e da equipe, para que possa transmitir esta positividade aos seus atletas e comissão técnica.

Brandão; Agresta; Rebutini (2002) avaliaram o estado emocional dos técnicos brasileiros de alto rendimento e obtiveram resultados de que a maioria deles apresenta valores elevados de tensão, raiva, vigor e fadiga, conseqüentes da desgastante profissão que exercem.

Estes estados emocionais têm influência na motivação destes técnicos, o que pode interferir nos resultados alcançados em treinamento ou competição. Por isso o técnico desportivo deve estar preparado física e psicologicamente para assumir uma equipe e desenvolver seus trabalhos, transmitindo sentimento de motivação aos atletas e comissão técnica. Desta maneira otimiza seu trabalho e estimula os atletas a estarem mais motivados para treinos e competições.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir do que foi apresentado e reafirmando o papel fundamental que técnico desportivo desempenha junto à equipe, acreditamos na motivação como componente essencial a todos os envolvidos. Particularmente para o técnico, este se torna um fator responsável pelo incentivo e otimização da equipe em treinamentos e competições.

Criar um ambiente positivo de treino, reconhecer problemas, transmitir motivação, confiança e responsabilidade, estabelecer metas e trabalhar em equipe são fatores que dependem do estado psicológico do técnico desportivo. Ou seja, se o técnico está preparado psicologicamente para desenvolver seu papel e motivado para tal, conseguirá alcançar estes fatores.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, C; KELLER, B; OKAZAKI, F.H. A; OLIVEIRA, S; COELHO, R.W. A influência do tempo de prática na motivação intrínseca de atletas de futebol masculino, da categoria juvenil de clubes profissionais. **EF Deportes Revista Digital**, Buenos Aires, ano 11, n. 96, mai. 2006. Disponível em < <http://www.efdeportes.com/efd96/motivac.htm> >. Acesso em: 03 dez. 2009.

BRANDÃO; M. R. F.; AGRESTA, M.; REBUSTINI, F. Estados emocionais de técnicos brasileiros de alto rendimento. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.** Brasília, v. 10 n. 3, p. 25-28, jul. 2002. Disponível em < [http://www.novosparadigmas.ucb.br/mestradoef/RBCM/10/10%20-%203/c\\_10\\_3\\_4.pdf](http://www.novosparadigmas.ucb.br/mestradoef/RBCM/10/10%20-%203/c_10_3_4.pdf) >. Acesso em: 03 dez. 2009.

MAGILL, Richard A. **Aprendizagem motora**: conceitos e aplicações. São Paulo: Edgard Blücher, 1998.

MALAVASI, L. M; BOTH, J. Motivação: uma breve revisão de conceitos e aplicações. **EF Deportes Revista Digital**, Buenos Aires, ano 10, n. 89, out. 2005. Disponível em < <http://www.efdeportes.com/efd89/motivac.htm> >. Acesso em: 03 dez. 2009.

MATTOS, M. G. de; ROSSETTO JUNIOR, A. J.; BLECHER, S. **Metodologia da pesquisa em educação física**: construindo sua monografia, artigos e projetos. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte**: manual para a educação física, psicologia e fisioterapia. Barueri, SP: Manole, 2002.

Lorena Pereira Oliosí

Endereço: Av. Gonçalves Ledo, 672, Cristóvão Colombo, Vila Velha – ES, CEP: 29106-340

Telefone: (27)3229-4685/ (27)9879-1721

E-mail: [lorenna.oliosi@hotmail.com](mailto:lorenna.oliosi@hotmail.com)

R.G.: 2107485 – ES