

do dono da realsbet

Artigos O QUE FAZ A PSICOLOGIA DO ESPORTE? A Psicologia do esporte, tem como objetivo compreender os fatores psicológicos que interferem nas atividades físicas do exercício físico e no esporte.

Os fatores físicos e psicológicos não são separados no esporte.

É importante prestar atenção na influência dos fatores cognitivos, motivacionais e emocionais que exercem influência direta no rendimento esportivo.

O psicólogo do esporte não deve se limitar a trabalhar com a preparação psicológica dos atletas apenas para melhorar seu rendimento, mas também, deve se preocupar com o bem estar dos mesmos.

O psicólogo do esporte exerce algumas funções básicas, sendo elas:

- Investigadora: lida com os processos psicológicos básicos aplicados a atividade física;
- Educativa: lida com a questão dos princípios e das técnicas psicológicas, ou seja, cursos e seminários para atletas, técnicos e árbitros...
- Clínica: lida diretamente com os problemas psicológicos () Tj T* BT /

O Psicólogo do esporte pode trabalhar através de diferentes elementos: pesquisa, ensino e intervenção.

A pesquisa na área é realizada com a intenção de desenvolver uma teoria da atividade esportiva, de estudar procedimentos diagnósticos e de investigar medidas adequadas de intervenção psicológica.

O ensino tem como princípio básico a questão da comunicação, que acaba sendo a melhor forma de entender os mecanismos de relacionamento técnico/atleta.

Além disso, tem como finalidade, transmitir conhecimentos e capacidades psicológicas para a educação prática no esporte e metodologia de pesquisa em Psicologia.

A intervenção é permitida apenas para os indivíduos com formação específica em Psicologia.

Funciona como um acompanhamento psicológico, buscando foco em uma meta específica que auxilia na orientação e direcionamento da regulagem psicológica do atleta, o que proporciona o desenvolvimento da autoconfiança para o enfrentamento necessário antes, durante e após as competições.

Falando um pouco sobre as áreas de atuação do psicólogo do esporte, são elas: