RESUMO SIMPLES
Anais do Congresso Interdisciplinar Internacional – CONIÚNICA
08 a 11 de setembro. Híbrido, Ipatinga – MG
doi.org/10.53426/con.v5i0.003

ISSN: 2965-0399 REVISTA CONEXÕES
V. 1, 2026
Revista dos cursos de Graduação e Pós-graduação da Faculdade Única de Ipatinga na modalidade EaD

RELATO DE EXPERIÊNCIA DA PSICOLOGIA DO ESPORTE EM CONTEXTO DE COMPETIÇÃO: ATUAÇÃO JUNTO A ATLETAS NO INTERCOLEGIAL

EXPERIENCE REPORT ON SPORT PSYCHOLOGY IN A COMPETITIVE CONTEXT: WORKING WITH ATHLETES IN INTERSCHOOL COMPETITIONS

RELATO DE EXPERIENCIA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN UN CONTEXTO DE COMPETICIÓN: ACTUACIÓN CON ATLETAS EN LOS JUEGOS INTERCOLEGIALES

doi.org/10.53426/con.v5i0.003

Rosa Affonso de Almeida Siqueira[1]; Gilmar Cimirro Carvalho Junior[2]; Clévia Fernanda Sies Barboza [3]
[1] Unifase, Petrópolis-RJ, siqueirarosa1326@gmail.com; [2] Unifase, Petrópolis-RJ, juniorcimirro@gmail.com; Unifase, Petrópolis-RJ, clevia.barboza@prof.unifase-rj.edu.br[3]
Grupo de Trabalho: GT 3 – Saúde Coletiva, Saúde Única e Qualidade de Vida

RESUMO

A Psicologia do Esporte possui importante papel no acompanhamento de atletas em situações competitivas, considerando aspectos como ansiedade, autoconfiança, concentração e pressão por desempenho. O presente trabalho teve como objetivo relatar a experiência discente de atuação da Psicologia do Esporte durante uma competição Intercolegial, descrevendo as demandas psicológicas identificadas, a intervenção realizada e os efeitos observados na atuação de atletas de voleibol. Trata-se de um estudo qualitativo no formato de relato de experiência construído a partir da atuação de estudantes de Psicologia durante o acompanhamento *in loco* das equipes participantes. Os procedimentos envolveram a observação do contexto competitivo e das demandas psicológicas manifestadas pelos atletas, além da realização de intervenções breves diante das situações identificadas durante as partidas. O Intercolegial reúne equipes de instituições públicas e privadas para disputas nas modalidades de basquetebol e voleibol, nas categorias masculina e feminina Sub-18. A competição proporciona aos jovens atletas diferentes experiências características do ambiente competitivo, envolvendo expectativas relacionadas ao desempenho, interação entre equipes, presença de espectadores e exposição a avaliações externas. Além da dimensão competitiva, o evento aproxima esporte, educação e promoção da saúde, constituindo um espaço relevante para a atuação da Psicologia do Esporte. Durante a competição, observou-se, por exemplo, uma atleta de voleibol que demonstrava insegurança e apresentava erros em fundamentos em que possuía amplo domínio técnico. Entre os sets, realizou-se uma abordagem individual para compreender os fatores relacionados à alteração observada em seu desempenho. A atleta relatou preocupação com possíveis críticas e comentários negativos vindos da torcida, além de indicar que a presença do namorado na plateia aumentava sua insegurança. Diante da demanda apresentada, foi realizada uma intervenção breve voltada ao acolhimento da insegurança relatada e ao direcionamento da atenção para aspectos relacionados à própria atuação esportiva. Buscou-se reforçar suas capacidades e seu domínio dos fundamentos técnicos, orientando-a a concentrar-se no jogo e nas ações que estavam sob seu controle, reduzindo o foco sobre possíveis críticas e avaliações externas. No jogo seguinte, observou-se uma postura mais confiante, maior participação nas jogadas e melhor aproveitamento técnico em comparação ao momento anteriormente observado. Embora uma intervenção pontual não permita estabelecer uma relação causal entre a intervenção e a melhora do desempenho, a experiência possibilitou refletir sobre a influência de fatores psicológicos na atuação esportiva e sobre a

ISSN: 2965-0399 REVISTA CONEXÕES
V. 1, 2026
Revista dos cursos de Graduação e Pós-graduação da Faculdade Única de Ipatinga na modalidade EaD

importância da identificação dessas demandas no próprio contexto competitivo. Conclui-se que a experiência relatada permitiu descrever uma possibilidade de atuação da Psicologia do Esporte diante de demandas relacionadas à insegurança, à concentração e à avaliação externa. A intervenção evidenciou a importância do acompanhamento psicológico *in loco*, possibilitando acolher demandas emergentes e direcionar a atenção dos atletas para aspectos controláveis de sua atuação. Dessa forma, o relato destaca a relevância da Psicologia do Esporte como suporte aos atletas diante das demandas psicológicas presentes no contexto competitivo.

Palavras-chave: Autoconfiança; Ansiedade Competitiva; Avaliação Social; Atenção; Intervenção P sicológica.