



BRAZILIAN JOURNAL
of **SPORT PSYCHOLOGY**
& HUMAN DEVELOPMENT
BJSPHD

COMPETIÇÃO NÃO-VIOLENTA:

uma intervenção da psicologia do esporte no
esporte de alto rendimento infantojuvenil

NON-VIOLENT COMPETITION: a sport psychology
intervention in high-performance youth sport

Lethícia Herdt Schuelter¹
Ivan Carlos Cicarello Junior²

RESUMO

A exigência pelo desempenho a todo custo no esporte de alto rendimento infantojuvenil tem contribuído para a naturalização de práticas e discursos violentos, impactando negativamente a formação e a saúde psicológica de jovens atletas. Diante desse cenário, torna-se necessário repensar as formas de competir e promover uma cultura esportiva pautada no respeito, na cooperação e no desenvolvimento humano. Este estudo teve como objetivo investigar os sentidos e significados atribuídos pelos participantes à competição não-violenta antes e depois de uma intervenção da Psicologia do Esporte. Fundamentada na Psicologia Histórico-Cultural, a pesquisa adotou o método de pesquisa-intervenção pedagógica da qual participaram 15 atletas de um time masculino de voleibol Sub-17. A intervenção consistiu em uma trilha de aprendizagem composta por quatro oficinas voltadas à reflexão e à vivência prática da competição não-violenta. A análise das informações foi realizada por meio da técnica dos Núcleos de Significação de Aguiar e Ozella (2013). Os resultados evidenciaram mudanças nas percepções, emoções e comportamentos competitivos dos participantes, que passaram a compreender a competição como um espaço de aprendizado, cooperação e respeito, em oposição às lógicas de rivalidade e pressão extremas. Conclui-se que práticas baseadas na competição não-violenta podem favorecer o desenvolvimento integral dos atletas e transformar concepções violentas naturalizadas no contexto esportivo.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Psicologia Histórico-Cultural; Competição não-violenta; Intervenção.

¹ Graduada em Psicologia pela Faculdade IELUSC, com experiência em Psicologia do Esporte Infantojuvenil. E-mail: lhschuelter@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/5526301868546760>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-5647-8635>.

² Doutor em Educação (UFPR), docente de ensino superior na Faculdade IELUSC e na Univille, com experiência em Pesquisa Intervenção e Desenvolvimento Humano. E-mail: ivan.junior@ielusc.br. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7454965489684546>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7185-0921>.

ABSTRACT

The demand for performance at all costs in youth high-performance sports has contributed to the normalization of violent practices and discourses, negatively affecting the development and psychological health of young athletes. In this context, it becomes necessary to rethink the ways of competing and to promote a sporting culture based on respect, cooperation, and human development. This study aimed to investigate the meanings and senses attributed by the participants to non-violent competition before and after a Sports Psychology intervention. Grounded in Cultural-Historical Psychology, the research adopted the pedagogical intervention research method, involving 15 male athletes from an under-17 volleyball team. The intervention consisted of a learning pathway composed of four psychosocial workshops focused on reflection and the practical experience of non-violent competition. Data analysis was conducted using the Nuclei of Meaning technique proposed by Aguiar and Ozella (2013). The results revealed changes in the participants' perceptions, emotions, and competitive behaviors, who came to understand competition as a space for learning, cooperation, and respect, in opposition to logics of rivalry and extreme pressure. It is concluded that practices based on non-violent competition can foster athletes' integral development and transform violent conceptions that have become naturalized in the sports context.

Keywords: Sports Psychology; Cultural-Historical Psychology; Non-violent Competition; Intervention.

1 INTRODUÇÃO

O esporte configura-se como um fenômeno em constante processo de constituição, tornando-se passível de continuidades e mudanças diante da configuração social em que está inserido (Marques; Almeida; Gutiérrez, 2008). Historicamente, a manifestação esportiva desenvolveu-se acompanhando as transformações culturais e sociais, caracterizando-se pela expressão e reprodução das dinâmicas que atravessam a vida em sociedade (CFP, 2019). No século XXI, a mercadorização do esporte contribuiu para o declínio do amadorismo e para a ascensão do profissionalismo, o que evidencia a crescente centralidade da busca pela vitória e confere ao esporte um caráter marcadamente quantitativo e competitivo (CFP, 2019).

A partir da constituição contemporânea do esporte, a competição esportiva tem sua configuração voltada à busca por resultados, reforçando a visão de que as metas dos atletas devem se concentrar na constante superação de si mesmos e dos oponentes, tratando o corpo como mero instrumento para alcançar tais fins (González; Ferrando; Rodríguez, 1998, *apud* CFP, 2019). Essa concepção sustenta uma narrativa que aproxima a competição de uma metáfora de batalha, na qual o adversário é visto como obstáculo a ser superado (CFP, 2019). Nesse cenário, atletas de alto rendimento são levados a

desenvolver resistência psíquica, autodomínio e controle emocional como formas de adaptação a um ambiente altamente exigente (CFP, 2019).

A lógica competitiva centrada na vitória também permeia as categorias de base e o processo de formação esportiva. Embora o esporte seja um importante elemento social e pedagógico na vida de jovens atletas (CFP, 2019), ele é atravessado pelas pressões do alto rendimento. A partir disso, entende-se que o ingresso precoce de crianças e adolescentes no desporto, aliado à exigência de resultados e à busca pela profissionalização, pode favorecer o adoecimento psicológico, o burnout e o abandono precoce do esporte. Entre os principais fatores de desistência no esporte infantojuvenil destacam-se a ênfase excessiva na vitória, a pressão de pais e técnicos, a falta de diversão, condutas inadequadas de treinadores, organização insatisfatória de treinos e competições e falhas na comunicação entre técnicos e colegas (Dias; Teixeira, 2007). Diante desses impactos na saúde psicológica dos atletas, torna-se relevante a presença da Psicologia no campo esportivo.

A Psicologia do Esporte, ramo da Psicologia voltado à investigação, educação e prática aplicada, busca compreender os comportamentos de indivíduos e grupos envolvidos no esporte (Vieira *et al.*, 2010), entendendo-o como uma realização humana que vai além do rendimento, servindo como meio para o desenvolvimento integral do indivíduo e para a descoberta e o aprimoramento de suas habilidades e potencialidades (CFP, 2019).

O Código de Ética Profissional do Psicólogo (2005, *apud* CFP, 2019) estabelece como princípio fundamental a promoção da saúde e qualidade de vida das pessoas e coletividades, contribuindo para a eliminação de quaisquer formas de discriminação, crueldade, opressão, violência e negligência. A violência, entendida como abuso físico e/ou psicológico expresso por meio de opressão, intimidação, medo e terror (Chauí, 2003), manifesta-se no esporte tanto de forma física - pela submissão dos corpos a altos níveis de estresse em prol do rendimento - quanto psicológica, por meio de pressões excessivas, ênfase exagerada na vitória e condutas e linguagem inadequadas. Assim, cabe à Psicologia do Esporte compreender, analisar e questionar as estruturas violentas presentes no ambiente esportivo, reconhecendo a importância de propor mudanças que garantam ambientes esportivos seguros e psicologicamente saudáveis, sobretudo no esporte infantojuvenil.

Portanto, a partir da criação da “competição não-violenta”, uma forma de competir que resgata os valores de cooperação, respeito e desenvolvimento humano, contrapondo-se à lógica da rivalidade extrema, esta pesquisa propõe investigar como a Psicologia do

Esporte pode contribuir para a prevenção da violência e para a construção de sentidos sobre uma competição mais saudável entre adolescentes atletas de voleibol. Para isso, desenvolveu-se uma pesquisa-intervenção pedagógica (Damiani *et al.*, 2013), com o objetivo de investigar os sentidos e significados atribuídos pelos atletas participantes à competição não-violenta, antes e depois de uma intervenção da Psicologia do Esporte fundamentada na abordagem histórico-cultural, estruturada em mediações dialógicas organizadas em uma trilha de aprendizagem.

2 DESENVOLVIMENTO

A Psicologia do Esporte preocupa-se em compreender os fenômenos psicológicos que permeiam o desempenho, a aprendizagem, o ambiente e as relações humanas, considerando que esses aspectos impactam o desenvolvimento humano no contexto esportivo (Weinberg; Gould, 2017). Nessa direção, a Psicologia Histórico-Cultural, enquanto teoria do desenvolvimento, aponta que o desenvolvimento humano é um processo histórico e social, mediado pelas trocas sociais e pela cultura (Rosa; Goi, 2024). A partir dessa perspectiva, entende-se que o desenvolvimento do indivíduo, especialmente na adolescência, não ocorre de forma isolada, e sim em relação com o outro e com o meio, sendo o ambiente esportivo um campo para a emergência de sentidos, valores e modos de ser no mundo.

Dessa forma, para melhor compreender os fenômenos que perduram o ambiente competitivo infantojuvenil, serão abordados os seguintes tópicos: adolescência, competição, competição não-violenta e impactos da violência em atletas infantojuvenis.

2.1 Adolescência

O que chamamos de “adolescência” é, na verdade, uma construção social que influencia a subjetividade e o desenvolvimento dos indivíduos, não sendo uma fase natural do desenvolvimento humano, mas uma condição histórica produzida pela sociedade (Bock, 2007). Para a Psicologia Histórico-Cultural, o desenvolvimento humano ocorre em consonância com o da sociedade, de modo que o aspecto cultural sobressai o biológico (Mascagna, 2009). Nessa perspectiva, as características comumente atribuídas à adolescência (rebeldia, instabilidade e busca por identidade) são compreendidas, segundo Ozella (2002), como produtos de um processo histórico marcado pela contradição entre as

necessidades dos jovens e as possibilidades de satisfazê-las, e não como traços naturais cristalizados.

A partir disso, é pertinente questionar: de que maneira a competição, enquanto prática socialmente produzida e culturalmente valorizada, passa a compor a experiência de vida dos adolescentes, especialmente no contexto esportivo?

2.2 Competição

A competição é um fenômeno presente em diversas dimensões da vida humana, como na escola, no trabalho e, sobretudo, no esporte, seja na disputa externa, contra adversários, ou interna, pela posição de titularidade. Trata-se de um processo aprendido a partir do contexto social em que o indivíduo está inserido, isto é, equipe técnica, colegas de esporte, família, amigos. Assim, a competição não é inerentemente boa ou ruim, mas sim determinada pelas experiências vividas pelo indivíduo (Weinberg; Gould, 2017).

Millman (1994) discorre sobre o desenvolvimento da noção competitiva desde a infância, em que os indivíduos são ensinados a repudiar a derrota e incentivados a alcançar a vitória. Nesse modelo, a competição ocorre na destruição da cooperação social, a medida em que o indivíduo passa a considerar os demais competidores como obstáculos a serem superados, reforçando, assim, uma cultura esportiva competitiva marcada pela individualidade e foco na vitória, o que produz comportamentos competitivos negativos.

No esporte infantojuvenil, a competição pode ter caráter formativo ou violento, dependendo de sua condução pelas lideranças. Quando positiva, a participação em situações competitivas favorece o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como a resiliência, a colaboração e a autonomia. Entretanto, quando conduzida de forma negativa, com pressão exagerada, foco excessivo na vitória, comparações e humilhações, seus efeitos tornam-se contraproducentes, gerando ansiedade pré-competitiva, medo de errar, perda do prazer na prática esportiva e abandono precoce do esporte (Weinberg; Gould, 2017).

Assim, ao reconhecer que a competição pode produzir tanto desenvolvimento quanto sofrimento, existe uma forma de competir que preserve a intensidade e o desempenho esportivo, mas que não esteja sustentada em práticas violentas?

2.3 Competição Não-Violenta

A competição não-violenta - conceito elaborado pela pesquisadora - propõe a construção de experiências competitivas mais saudáveis e positivas para atletas, por meio da transformação de processos competitivos marcados por práticas e relações violentas. Trata-se de um modelo competitivo que valoriza o desenvolvimento integral do atleta, pautado pela cooperação, pelo respeito e pelo prazer na prática esportiva, mesmo em contextos de alta exigência. Esse modelo inspira-se na definição de “competição” apresentada por Shields e Bredemeier (2009), que a compreendem como um processo fundamentado na justiça com os oponentes, vistos como facilitadores do desenvolvimento esportivo. Além disso, apoia-se na concepção de Weinberg e Gould (2017) de que competições que priorizam a diversão, a confraternização e a comunicação tendem a gerar melhores desempenhos, pois favorecem o foco dos atletas no aprimoramento de habilidades físicas, psicológicas e sociais, e não em fatores externos, como rankings e premiações.

A competição não-violenta contrapõe-se ao que esta pesquisa denomina “competição violenta”, termo inspirado no conceito de “descompetição” de Shields e Bredemeier (2009). A competição violenta é marcada pela rivalidade extrema, na qual os oponentes são inimigos a serem derrotados, o que leva à utilização de trapaças, jogos mentais e discussões. Além desses aspectos, esse modelo competitivo envolve comportamentos violentos - físicos ou verbais - com a intenção de causar dano, intimidação ou humilhação (Weinberg; Gould, 2017).

Segundo Vigotski (1998), os comportamentos humanos são aprendidos a partir das relações sociais e dos contextos históricos e culturais em que um indivíduo está inserido. Tais aprendizados ocorrem ao longo de seu desenvolvimento por meio da mediação, processo de interação entre sujeitos em que o agente de mediação é alguém mais experiente que intermedeia o processo de aprendizagem, enquanto o mediado é o sujeito que aprende. A linguagem é o principal instrumento dessa mediação, sendo o meio pelo qual o ser humano atribui sentidos e significados (Costas; Ferreira, 2011).

Essas concepções dialogam com as ideias de Weinberg e Gould (2017) e de Machado e Brandão (2006), que destacam que as atitudes violentas de atletas são influenciadas pelas normas e dinâmicas coletivas das equipes, sobretudo pela percepção compartilhada da violência e pelo modelo de comunicação adotado pelo mediador, o técnico. Assim, equipes que se habituem a receber ordens por meio de gritos, humilhações

e esbravejamentos tendem a reproduzir esse padrão. Nessa perspectiva, atletas, em constante processo de desenvolvimento das funções psicológicas superiores, internalizam a linguagem violenta - como forma legítima de interação e expressão - e tendem a reproduzi-la, pois ela se torna condizente com as condições históricas e culturais do ambiente esportivo. Ao pensar nas realidades de categorias de base marcadas por esse tipo de aprendizagem, emerge a questão: qual o impacto da violência na subjetividade desses atletas?

2.3 Impactos da violência em atletas infantojuvenis

Na perspectiva histórico-cultural, a subjetividade é compreendida como “resultante do cruzamento de fluxos linguísticos e agenciamentos sociais, portanto, está submissa ou sobreposta às condições sociais, históricas, linguísticas e psicológicas” (Molon, 2011, p. 614). Nesse sentido, Weinberg e Gould (2017) afirmam que as experiências esportivas vividas por atletas infantojuvenis impactam seu desenvolvimento psicológico. Assim, é possível pensar na relação entre as vivências esportivas e a construção da subjetividade do atleta. O desenvolvimento psicológico no esporte ocorre de forma saudável quando há uma supervisão adulta que proporcione experiências de aprendizagem positivas (Weinberg; Gould, 2017).

Em contrapartida, programas esportivos que reproduzem práticas de violência comprometem a subjetividade e a formação das funções psicológicas superiores de jovens atletas, afetando negativamente suas experiências esportivas e podendo gerar consequências como ansiedade, estresse, insegurança, desistência e a reprodução desse modelo em vivências futuras, o que contribui para a perpetuação da violência no esporte competitivo (Weinberg; Gould, 2017).

Portanto, torna-se imprescindível, conforme Machado e Brandão (2006) e Weinberg e Gould (2017), transformar ambientes esportivos violentos por meio de uma abordagem que favoreça o desenvolvimento físico, social e psicológico dos atletas, além de aumentar sua satisfação na prática esportiva. Diante disso, de que forma a Psicologia pode contribuir para a construção de um ambiente competitivo não-violento no esporte?

3 PROCEDIMENTOS E MÉTODOS

Esta pesquisa, de enfoque qualitativo, utilizou como método a pesquisa-intervenção pedagógica (Damiani *et al.*, 2013), cujo objetivo é possibilitar novos modos de subjetivação e transformação da realidade dos pesquisados, avaliando, posteriormente, os efeitos dessas interferências. Ressalta-se que tal método exige a divisão do procedimento em dois componentes: o método da pesquisa, que envolve o planejamento, a realização e a análise dos dados; e o método da intervenção, como dimensão prática da pesquisa (Cicarello Junior, 2022). Neste estudo, essa diferenciação ocorreu em quatro etapas: observação participante, planejamento da intervenção, realização da intervenção e análise das informações produzidas.

A pesquisa foi realizada com um time de base masculino de voleibol, da categoria Sub-17, composto por 15 adolescentes do gênero masculino, com a faixa etária variando de 15 a 17 anos. Trata-se de um time de rendimento que participou de diversas competições ao longo do ano. O local de pesquisa foi a quadra do time, localizada na zona norte da cidade de Joinville - SC, espaço utilizado pelos participantes para os treinos.

A intervenção pedagógica desta pesquisa consistiu na elaboração de uma trilha de aprendizagem³ linear, composta por quatro oficinas de complexidade progressiva, voltadas ao tema da competição não-violenta. A trilha foi estruturada com os seguintes objetivos: desenvolver competitividade entre atletas adolescentes; promover uma abordagem de competição que concilie desempenho esportivo e práticas não violentas; proporcionar um ambiente seguro para o compartilhamento de sentimentos, dificuldades e experiências individuais e coletivas; e utilizar mediações dialógicas para promover mudanças nos sentidos pré-atribuídos pelos participantes à competição. O Quadro 1 apresenta a sequência, os temas, os objetivos e as técnicas das oficinas que compõem a trilha de aprendizagem sobre competição não-violenta:

³ As trilhas de aprendizagem configuram-se como percursos pedagógicos organizados em etapas, com o objetivo de promover o aprofundamento gradual e integral dos níveis de conhecimento e de competências, tanto no âmbito profissional quanto pessoal (Filatro; Cavalcanti, 2018).

Quadro 1 - Planejamento da trilha de aprendizagem sobre competição não-violenta

Oficina	Tema	Objetivos	Técnicas
1	Introdução à competição não-violenta	Compreender e diferenciar Comportamentos violentos e não-violentos no esporte; estimular a construção de um ambiente competitivo ético e respeitoso; e criar compromissos individuais	Dinâmica e roda de conversa
2	Aplicando a competição não-violenta	Promover ação e reflexão sobre a competição não-violenta a partir da prática competitiva, valorizando o trabalho em equipe e o respeito ao adversário	Dinâmica e roda de conversa
3	Consolidação da competição não-violenta junto aos técnicos	Criar um espaço seguro de fala e Escuta para alinhamento de percepções, expectativas e compromissos éticos coletivos; proporcionar reflexões sobre os papéis do técnico e dos atletas na construção de uma competição saudável; e identificar atitudes e posturas que impactam o clima competitivo da equipe	Dinâmica, roda de conversa e escrita coletiva
4	"O que ficou pra mim?" - Síntese da jornada	Sistematizar os sentidos construídos Ao longo da trilha; identificar Mudanças de pensamento, sentimento ou atitude; e coletar falas espontâneas que expressam significados atribuídos às experiências vividas	Entrevista grupal, escrita coletiva e entrega da medalha de conclusão

Fonte: elaborado pelos autores, 2026

Deu-se início à intervenção mediante a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética⁴ e as assinaturas do Termo de Assentimento, pelos participantes, e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, pelos responsáveis pelos participantes. O primeiro passo da intervenção consistiu na aplicação de um questionário eletrônico, com o objetivo de produzir informações gerais sobre os participantes (idade, cor, estado de

⁴ Este trabalho de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade Ielusc cadastrado na Plataforma Brasil pelo protocolo: CAAE: 89667425.6.0000.5365

saúde), identificar seus entendimentos e experiências prévias sobre a competição e introduzir o tema da pesquisa. Ao final da pesquisa, aplicou-se um questionário semelhante para identificar possíveis mudanças nos sentidos e significados atribuídos à competição pelos participantes.

No decorrer da intervenção, realizou-se a trilha de aprendizagem, composta por quatro encontros de 50 minutos, realizados semanalmente em espaço disponibilizado pela instituição concedente. Os encontros foram mediados pela pesquisadora e estruturados em rodas de conversa e dinâmicas de grupo, em consonância com a ideia de que o aprendizado ocorre por meio da interação social (Vigotski, 1989, *apud* Rosa; Goi, 2024).

As rodas de conversa foram planejadas como espaços de escuta, reflexão e construção dialógica de sentidos, de modo a favorecer a emergência das vozes dos participantes sobre fenômenos do esporte competitivo e o fortalecimento de vínculos entre o grupo e a pesquisadora. Já as dinâmicas de grupo tiveram a função de potencializar a expressividade espontânea e possibilitar vivências práticas dos conteúdos teóricos abordados nos encontros, permitindo observar comportamentos, emoções e as relações presentes no contexto dos atletas.

No encerramento de cada oficina da trilha, a pesquisadora registrou, em diário de campo (Medrado; Spink; Mélo, 2014), as seguintes descrições sobre o encontro: a execução da proposta; as impressões e os sentimentos decorrentes de sua realização; e os registros, falas e comportamentos dos participantes. Além do diário de campo, foram utilizados, para a produção de informações, a observação participante (Valladares, 2007), uma entrevista semiestruturada (Manzini, 2004) e dois questionários aplicados por meio da plataforma Google Forms. A utilização combinada desses instrumentos e técnicas possibilitou uma compreensão mais contextualizada, dialógica e transformadora da experiência investigada.

Para a análise das informações produzidas pela pesquisa, utilizou-se a técnica dos Núcleos de Significação, proposta por Aguiar e Ozella (2013). Fundamentada na dialética, essa técnica busca compreender o processo de significação da realidade, partindo do empírico ao abstrato e, deste, ao concreto (Cicarello Junior, 2022), o que possibilita evidenciar as mediações decorrentes dos diversos determinantes sociais e históricos. Sua aplicação envolve a análise de relatos escritos, narrativas, autoconfrontação, questionários e desenhos, que, quando complementados por meio de entrevistas, asseguram maior consistência interpretativa.

Para a construção dos núcleos de significação, foram seguidas três etapas de análise dos materiais produzidos durante a pesquisa (Aguiar; Soares; Machado, 2015):

1) Levantamento de pré-indicadores: identificam-se palavras que indicam a forma de pensar, sentir e agir dos indivíduos. Nesse processo, a pesquisadora observou atentamente aspectos particulares da fala dos participantes, como frequência, ênfase, contradições e reiteração de palavras e expressões, carga emocional e insinuações;

2) Sistematização de indicadores: permite compreender as formas de significação da realidade do sujeito por meio da interpretação dos sentidos produzidos em seu discurso. Para isso, utilizam-se os critérios de similaridade, complementaridade e contraposição, além da negação do discurso tal como é apresentado, a fim de explicitar contradições entre os pré-indicadores e evitar análises unilaterais;

3) Sistematização dos núcleos de significação: consiste na articulação e síntese dos indicadores, permitindo revelar com maior profundidade a realidade investigada. Essa etapa busca superar o discurso aparente - que nem sempre reflete a realidade social e histórica do indivíduo - para alcançar os sentidos que, de forma histórica e dialética, articulam a fala e o pensamento, resultando na construção de núcleos de significação.

É importante ressaltar que a apreensão dos sentidos por meio dessa técnica não pressupõe respostas fixas ou absolutamente definidas, uma vez que o indivíduo pode se expressar de modo parcial e contraditório - aspectos compreendidos como indicadores de suas formas de ser e de seus processos vividos (Aguiar; Ozella, 2013).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisadora iniciou sua inserção no campo ao longo de quatro semanas por meio da observação-participante com o intuito de conhecer o contexto, os participantes e suas demandas. Nesse período, identificou-se que a concepção de competição dos atletas envolvia elementos da competição violenta, como pressão, provocação e intimidação, o que foi mobilizador para a definição do tema de pesquisa. Após essa etapa, a pesquisadora permaneceu no campo até a aplicação da intervenção e por mais quatro semanas, a fim de analisar os impactos decorrentes da proposta. Essa decisão fundamenta-se na compreensão de que uma apreensão mais aprofundada das mudanças em grupos estudados requer um acompanhamento contínuo e não limitado a um único momento (Valladares, 2007).

Observou-se que, conforme aponta Valladares (2007), a convivência com a pesquisadora ao longo do processo interventivo provocou mudanças nas interações e dinâmicas estabelecidas tanto entre os participantes quanto entre estes e a pesquisadora - como exemplifica a fala de um atleta: “Sem você, teria desistido do esporte” (P8⁵). Para legitimar as experiências vividas durante a pesquisa, foram consideradas, nesta análise, as expressões dos 15 participantes, incluindo aqueles que estiveram presentes em apenas uma etapa da trilha de aprendizagem. Excluir suas contribuições implicaria desconsiderar os impactos produzidos e os sentidos atribuídos por cada participante às atividades propostas.

4.1 Percepções iniciais

Com o objetivo de investigar os sentidos iniciais atribuídos pelos participantes à competição e aos fenômenos que a permeiam, a primeira etapa da pesquisa consistiu na aplicação de um questionário, do qual participaram 13 atletas. O instrumento incluiu as seguintes perguntas: “Já participou de campeonatos? Como se sentiu?”; “De que mais gosta no esporte?”; “Como se sente quando perde um jogo? E quando ganha?”; “O que significa competir?”; “Competir pode ser saudável? Por quê?”; “Já teve alguma experiência ruim em competição?”; e “Qual profissão você deseja ter no futuro?”.

Para o levantamento dos pré-indicadores - primeira etapa do processo de construção do núcleo de significação -, foram elaborados quadros com palavras-chave extraídas das respostas dos participantes ao questionário. Segundo Cicarello Junior (2022, p. 153), os pré-indicadores correspondem a “momentos de fala dos participantes em que apareceram conteúdos reiterativos, que demonstram maior afetividade, cognições ou ambivalências que foram importantes para a compreensão do objetivo da investigação”. Assim, as respostas ao questionário foram compreendidas como pré-indicadores, visto que o ato de respondê-lo envolve reflexão e interpretação das experiências vividas, mobilização de emoções relacionadas ao tema e a expressão espontânea do que foi experienciado pelos participantes.

Após o levantamento dos pré-indicadores, procedeu-se à sistematização dos indicadores com base em critérios de similaridade, complementaridade ou contraposição

⁵ As falas obtidas a partir das interações com os atletas serão transcritas em itálico, entre aspas, acompanhadas da indicação alfanumérica que identifica cada participante.

(Aguiar; Soares; Machado, 2015). Entre as palavras-chave extraídas das respostas dos participantes, destacam-se “desistir”, “perder”, “pressão” e “cometer erros” por similaridade; “melhorar”, “aprender”, “combustível”, “motivação”, “desenvolvimento”, “rivalidade”, “saudável” e “respeito” por complementaridade; e “nervoso”, “empolgado”, “decepcionado” e “feliz” por contraposição. Os indicadores finais são apresentados no Quadro 2.

Quadro 2 - Indicadores do núcleo de significação do Questionário 1

Perguntas	Indicadores extraídos das respostas dos participantes
Já participou de campeonatos? Como se sentiu?	Nervoso ; empolgado
De que mais gosta no esporte?	Melhorar ; competir ; jogar com colegas; aprender coisas novas
Como se sente quando perde um jogo? E quando ganha?	Decepcionado; time e técnico se decepcionaram comigo; frustrado; raiva; não correspondo às expectativas; perder para evoluir; aprender com o que errei; na derrota é onde mais aprendemos; fazer melhor; Vejo a evolução; feliz ; alívio; satisfação; conquista; o que treinei valeu a pena
O que significa competir?	Sonho; competir é bom ; ver times, atletas e técnicos se esforçando; motivação ; combustível; mostrar tudo que eu sei; forma de aprendizado; experiência; desenvolvimento ; mostrar quem é melhor; se desafiar
Competir pode ser saudável? Por quê?	Competição/rivalidade é saudável , com respeito; incentiva o esporte; mental e emocional; oportunidade
Já teve alguma experiência ruim em competição?	Ver o time desistir ; perder por minha causa; sentir pressão ; cometer erros ; quase não entrei em quadra; gritaram na minha cara; chorar; não abaixar a cabeça; lesionei; me coloquei a culpa; errando a única obrigação que eu tinha; perder todos os jogos; péssima arbitragem; não tive experiências ruins
Qual profissão você deseja ter no futuro?	Ser atleta ; de voleibol; algo relacionado ao esporte

Legenda: em negrito, estão as palavras que chamaram a atenção por se repetirem e por terem impacto determinante no discurso dos participantes.

Fonte: elaborado pelos autores, 2026

Para a extração dos indicadores apresentados no Quadro 2, utilizaram-se três categorias interpretativas. A primeira, processos cognitivo-emocionais, refere-se às manifestações de pensamentos, sentimentos e emoções dos atletas. A segunda, comportamento, engloba as ações e interações estabelecidas pelos participantes no contexto esportivo. Por fim, a categoria competição diz respeito às concepções e aos sentidos atribuídos pelos atletas ao fenômeno competitivo.

O processo de articulação e síntese desses indicadores possibilita a sistematização do núcleo de significação, o qual permitiu identificar que, para o grupo, a competição é percebida como “experiência motivadora, combustível, oportunidade de mostrar o que sabe, de aprender e de se desenvolver, que pode ser saudável e ter rivalidade respeitosa”. Contudo, na experiência competitiva, também existem “derrota, pressão, lesão, culpa e não entrar em quadra”, elementos que provocam “nervosismo, decepção, frustração e raiva” e que, por sua vez, podem resultar em comportamentos como “cometer erros, chorar e desistir”.

A partir das respostas dos participantes, observa-se que, embora valorizem a vitória, eles reconhecem que o esporte competitivo constitui um campo para demonstrar habilidades, viver experiências e enfrentar desafios. Nesse sentido, a competição é percebida como positiva e motivadora, servindo de combustível para o aprendizado e o desenvolvimento.

Os participantes também compreendem o ambiente competitivo como emocionalmente mobilizador. Se, por um lado, competir representa um sonho para nove deles, que expressam o desejo de construir um futuro profissional no esporte, por outro, surgem relatos de pressão e cobrança excessivas - frequentemente associadas a gritos -, além de experiências negativas relacionadas a cometer erros, lesões e situações de exclusão. Esses elementos desencadeiam sentimentos de culpa e, em alguns casos, a vontade de desistir.

4.2 Desenvolvimento das oficinas

Na perspectiva da Psicologia Histórico-Cultural, reconhece-se a importância dos processos em detrimento do foco exclusivo nos fins. Contudo, para alcançar o objetivo proposto por esta pesquisa, a ênfase recairá sobre o início e o término da intervenção. Ainda assim, para não desconsiderar a relevância do processo, serão apresentadas

informações sobre a aplicação da trilha de aprendizagem que permitam compreender como ela se desenvolveu.

Na trilha de aprendizagem, as oficinas foram articuladas entre si, formando uma estrutura contínua e integrada, ao mesmo tempo em que cada encontro manteve uma organização própria, adequada aos objetivos da intervenção e às demandas dos participantes. Entre os elementos comuns, destaca-se a organização dos encontros como espaços de elaboração coletiva e de construção de sentidos, fundamentada na Teoria Materialista da Atividade de Vigotski e Leontiev, a qual compreende que o processo de aprendizagem e de construção de sentido é essencialmente ativo e se inicia na ação do sujeito sobre o conteúdo aprendido (Calve; Rossler; Silva, 2015). Nessa direção, as oficinas voltaram-se à reflexão dos participantes sobre as atividades realizadas e à interpretação de suas emoções, afetividades, fantasias e da busca de sentido no contexto esportivo (Nascimento, 2003).

O primeiro encontro da trilha teve como objetivo introduzir o conceito de competição não-violenta, auxiliar os participantes a identificar atitudes violentas no contexto esportivo e estimular a construção de um ambiente competitivo mais ético e respeitoso. Sob a perspectiva histórico-cultural, entende-se que a base do psiquismo humano é formada pelas funções psicológicas superiores, constituídas na interação do indivíduo com o ambiente social e mediadas, sobretudo, pela linguagem (Facci, 2004). A partir desse pressuposto, o encontro foi iniciado com uma roda de conversa sobre os temas “competição”, “competição não-violenta” e “violência”, visando apresentar aos participantes a competição não-violenta como uma forma de competir que prioriza o prazer na prática esportiva e reconhece o adversário como mediador do desenvolvimento. Como aponta Martins (2018), a forma como o atleta avalia a situação competitiva influencia diretamente suas respostas emocionais e fisiológicas antes da competição. Assim, ao propor a modificação da forma como os atletas percebem a competição, buscou-se intervir nos estados pré-competitivos, especialmente nos níveis de ansiedade e estresse - aspectos mencionados pelos participantes no questionário inicial.

Em seguida, realizou-se uma dinâmica em formato de debate posicional para instigar os participantes a refletirem sobre os tênues limites entre intensidade competitiva e atitudes violentas que podem ocorrer em jogos e treinos. A proposta dialoga com o princípio da contradição, próprio do materialismo histórico-dialético, segundo o qual compreender a realidade requer aceitar e percorrer suas contradições, buscando apreender o que nelas é essencial (Pires, 1997). Assim, o debate tornou-se um momento de aprendizado em que

as contradições entre os participantes se tornaram conscientes e foram elaboradas coletivamente.

Ademais, foram realizadas perguntas para ampliar a compreensão dos participantes sobre o tema “competição não-violenta”. A opção por uma metodologia dialógica fundamenta-se no entendimento de que, para Vigotski (1996, *apud* Facci, 2004), adolescentes assimilam a realidade por meio do pensamento e estruturam sentidos pessoais sobre o mundo, as relações e o futuro a partir da comunicação e da interação com outros adolescentes. Ao final do encontro, com o objetivo de formalizar um compromisso coletivo com o time em prol de uma cultura esportiva menos violenta, cada atleta foi convidado a falar um “Compromisso do atleta”, indicando uma atitude que pretendia colocar em prática para “competir melhor”.

A análise das falas e comportamentos dos participantes ao longo do encontro revela que, para eles, as emoções mais recorrentes em situações competitivas são a ansiedade e a raiva, frequentemente associadas a erros de arbitragem, provocações adversárias e autocomparações. Os atletas entendem que os técnicos têm a responsabilidade de corrigir e punir condutas violentas durante o jogo, gerando desconforto no time quando não acontecem intervenções do técnico diante de conflitos ou comportamentos inadequados.

Além disso, os participantes também reconhecem os impactos da violência na subjetividade do atleta, mencionando consequências como burnout e abandono da prática esportiva. Esses fenômenos foram associados a experiências vividas no cotidiano, incluindo relatos de colegas que desistiram do esporte. Essas reflexões culminaram na elaboração de compromissos coletivos voltados à promoção de experiências competitivas mais saudáveis, destacando-se ações como evitar gritos desnecessários e não levar o estresse para casa.

O segundo encontro teve como objetivo promover uma atividade prática em quadra para aplicar os conceitos trabalhados, no encontro anterior, sobre competição não-violenta. A principal dinâmica consistiu em um jogo valendo uma caixa de bombons como prêmio, no qual a pontuação considerava não só o desempenho técnico, mas também atitudes de cooperação, incentivo e respeito ao adversário. No início da atividade, ao perceberem que haveria um prêmio e que demonstrações de incentivo renderiam pontos extras, os participantes passaram a fazer diversos elogios e comemorações, tanto para o próprio time quanto para a equipe adversária. Inicialmente, a situação foi recebida com humor e descontração, promovendo risadas e um engajamento coletivo. No entanto, à medida que o jogo avançava, os incentivos ao time adversário tornaram-se exagerados, levando o time

que estava em desvantagem a apresentar sinais de irritação e frustração diante das manifestações do grupo oposto. Em um segundo momento, o descontentamento do time em relação aos incentivos - que se transformaram em provocações - se intensificou, culminando em reclamações, desmotivação e choro. O jogo foi vencido pela equipe que manteve o comportamento mais provocativo.

Após a dinâmica, realizou-se uma roda de conversa para compreender as percepções dos participantes sobre a experiência vivenciada. Durante a conversa, houve reflexões importantes, como: “Quando incentivamos, deve ser algo genuíno. Dava para perceber quando o elogio era verdadeiro ou não” (P1); “O incentivo que não é genuíno gera provocação” (P8); “Quando entramos em quadra, não devemos ser um personagem, mas sermos nós mesmos. Não adianta fingir ser quem não somos” (A1). Ao distinguirem incentivo genuíno de ironia, os atletas demonstraram compreender que a competição não-violenta não se limita à ausência de agressões físicas, mas envolve a capacidade de identificar e questionar provocações e intimidações no contexto esportivo.

Além disso, observou-se que a presença de um prêmio influenciou diretamente a motivação e os comportamentos dos participantes. No início da atividade, eles o identificaram como o principal motivo que impulsionava suas ações e seu engajamento na atividade. Segundo Leontiev (1978, *apud* Cicarello Junior, 2022), o motivo da atividade é o que mobiliza o sujeito na busca por satisfazer uma necessidade, seja ela biológica ou de origem social, atribuindo sentido à própria ação. Assim, o objetivo de obter pontuação extra para conquistar o prêmio orientou o engajamento dos atletas, que passaram a reproduzir comportamentos considerados positivos, como incentivar e elogiar. Contudo, o caráter instrumental dessas condutas tornou-se evidente à medida que o incentivo deixou de expressar apoio genuíno e passou a assumir tom de provocação e deboche, gerando reações emocionais no time adversário, como irritação, frustração e desmotivação.

Ao ultrapassar o limite do outro, o incentivo perde sua função inicial de reconhecimento e valorização, assumindo um caráter violento. Assim, compreende-se que, do mesmo modo que a crítica deve ser comedida para favorecer o desenvolvimento do atleta, o elogio também requer autenticidade, medida e intencionalidade. A violência manifestada nesse episódio revela como o desejo de vencer pode distorcer o sentido da competição e comprometer valores éticos e relacionais fundamentais à prática esportiva. Esse cenário suscita questionamentos sobre o papel do prêmio e da busca pela vitória na motivação de atletas de alto rendimento: É legítimo transgredir limites para obter um prêmio? O que o prêmio representa na vida do atleta? O atleta deve ganhar a qualquer

custo? E que custo é esse que se paga pela vitória que ultrapassa limites morais, emocionais e relacionais do outro?

O terceiro encontro da trilha teve como objetivos consolidar a compreensão da competição não-violenta por meio da troca de experiências entre os atletas; refletir sobre o papel do técnico e dos próprios participantes na construção da competição não-violenta; identificar atitudes que favorecem ou prejudicam o clima competitivo da equipe; e elaborar, de forma coletiva, normas competitivas mais saudáveis para o grupo. Durante a roda de conversa, discutiu-se o tema “competição interna”, abrangendo as disputas por titularidade, a autocompetição e a dinâmica competitiva entre atletas e técnico. A partir das trocas, os participantes relataram tanto sentimentos de insegurança - como o medo de errar e ser substituído - quanto emoções que os fortalecem durante o jogo, como a confiança ao estar entre os titulares e o orgulho de contribuir para a equipe, seja em quadra, seja no banco oferecendo apoio de diferentes formas.

Em seguida, realizou-se uma dinâmica em que os participantes responderam a perguntas assumindo os papéis de atleta e de técnico, com o objetivo de identificar atitudes que favorecem ou prejudicam o clima competitivo dentro da equipe e estimular a empatia e a reflexão sob diferentes perspectivas. Nesse exercício, os atletas apontaram que a pressão excessiva e os gritos de cobrança prejudicam o ambiente competitivo, sendo percebidos como ineficazes e geradores de sofrimento. Ao se colocarem no papel do técnico, observou-se que, embora reconheçam sua importância para o desenvolvimento esportivo e compreendam as intenções por trás das cobranças, discordam de algumas condutas, como quando dizem “Só gritar não adianta” (P6). Essa reflexão reforça a necessidade de uma abordagem não-violenta, que acolha o erro como parte do aprendizado, evite excessos na cobrança e valorize a escuta e as críticas construtivas.

Por fim, cada atleta completou a frase “Para melhorar nosso ambiente competitivo, eu me comprometo a...”. As respostas foram reunidas em um cartaz intitulado “Acordos da Equipe”, elaborado pelos participantes e posteriormente exposto no local de treino. No cartaz, diversas frases foram registradas pelos atletas, dentre as quais uma se destacou: “Não somos máquinas” (P15). Essa frase ganhou destaque por expressar uma reflexão crítica sobre a visão mecanicista presente no esporte de alto rendimento e, também, por ter sido uma das primeiras a ser escrita. Nesse sentido, é importante ressaltar que, antes de registrarem suas próprias mensagens, os atletas leram o que já havia sido escrito no cartaz. Assim, aqueles que escreveram após a frase citada demonstraram ter sido influenciados por ela - muitos comentavam que haviam gostado da mensagem e, em

seguida, produziram frases que dialogavam diretamente com o sentido de humanização da prática esportiva.

De acordo com Vigotski (1995, *apud* Martins; Rabatini, 2011), o domínio da cultura constitui um elemento central no desenvolvimento psicológico humano, pela internalização de signos, especialmente da linguagem. Nessa direção, as mensagens escritas posteriormente às que inicialmente despertaram maior atenção dos participantes, como “Não somos máquinas”, revelam um processo dialógico e cultural de construção de significados, no qual os sentidos produzidos coletivamente passam a mediar as produções do grupo.

No último encontro da trilha de aprendizagem, realizou-se uma entrevista grupal com o objetivo de sistematizar os sentidos construídos pelos participantes ao longo dos encontros, identificar mudanças em seus pensamentos, emoções e comportamentos e apreender os significados atribuídos às vivências na intervenção. Para isso, foram feitas perguntas voltadas à compreensão das mudanças nas percepções sobre a competição e nos comportamentos competitivos, bem como às situações em que os participantes não conseguiram aplicar os aprendizados, às dificuldades enfrentadas no contexto esportivo e às estratégias utilizadas para lidar com elas. Como encerramento da trilha, foram entregues medalhas de conclusão e foi realizado um momento de expressão individual em que cada participante foi convidado a registrar em um caderno uma mensagem em resposta à pergunta “O que ficou para mim?”, refletindo sobre os aprendizados construídos e deixando um recado final para a pesquisadora.

Por meio das informações produzidas no encontro, observa-se que a mediação da pesquisadora - nas rodas de conversa, dinâmicas, reflexões compartilhada e processos de aprendizagem - modificou a forma que os atletas percebem o esporte (“Graças a você tenho outra visão do esporte” - P7), influenciou seus pensamentos e comportamentos em jogo (“Sua pesquisa mudou nossa visão em quadra e nossa maneira de pensar e agir” - P12; “Paramos de nos matar em quadra” - P8), proporcionou conforto e ampliou a percepção de uma rede de apoio no contexto esportivo (“Obrigado pelas recomendações e sua companhia, eu tô cada vez mais confortável” - P4) e possibilitou o reconhecimento das conquistas advindas da intervenção (“As conversas foram essenciais para eu me tornar um melhor atleta” - P6). Tais manifestações evidenciam gratidão pela atuação da pesquisadora e revelam o impacto subjetivo e relacional do processo interventivo. Diante dessa vivência, emergiram preocupações entre os atletas de que outros times não tenham a oportunidade

de receber intervenções da Psicologia, reconhecida como essencial para o desenvolvimento esportivo.

Além disso, destaca-se, nas manifestações dos participantes, a resignificação da competição a partir da mediação: o que era antes visto como rivalidade contra inimigos passa a ser compreendido como um espaço de companheirismo, respeito e desafios intensos, em que o prêmio é consequência, e não finalidade. Paralelamente, o desenvolvimento da consciência acerca de uma rivalidade saudável ocorre junto ao reconhecimento de que a violência existe, mas não define o jogo - ideia expressa na fala “Um brinde à rivalidade saudável” (P8).

A partir disso, ressalta-se que, na perspectiva histórico-cultural, a mediação exercida por parceiros mais experientes atua na formação das funções psicológicas superiores de crianças e adolescentes. É por meio dessa mediação que eles internalizam as representações do mundo e, a partir delas, elaboram suas próprias formas de compreender e significar a realidade (Costas; Ferreira, 2011). Assim, a qualidade da intervenção exercida pelas pessoas de referência envolvidas no esporte infantojuvenil tem influência na forma como crianças e adolescentes compreendem a competição. Portanto, adultos assumem papel central na mediação das experiências esportivas, ao transmitirem modos não-violentos de competir.

4.3 Percepções atuais

Como etapa conclusiva da pesquisa, foi aplicado aos participantes um questionário semelhante ao utilizado na fase inicial do estudo. Por meio dele, teve-se como finalidade identificar possíveis transformações nos sentidos e significados atribuídos à competição não-violenta, bem como compreender a natureza dessas mudanças. O instrumento foi preenchido por 12 atletas, que responderam às seguintes questões: “De que mais gosta no esporte?”; “Como se sente quando perde um jogo? E quando ganha?”; “O que significa competir?”; “Competir pode ser saudável? Por quê?”; “Já teve alguma experiência ruim em competição?”; e “Qual profissão você deseja ter no futuro?”.

Das respostas obtidas no questionário, foram extraídas palavras-chave que serviram como pré-indicadores do núcleo de significação. Dentre elas, destacam-se: “corrigir”, “fazer mais”, “aprendizado”, “erros” e “banco” por similaridade; “competições”, “jogar com colegas”, “aprender coisas novas” e “melhorar” por complementaridade; e “triste”, “feliz”,

“recompensado” e “realizado” por contraposição. Os pré-indicadores que se tornaram indicadores são apresentados no Quadro 3:

Quadro 3 - Indicadores do núcleo de significação do Questionário 2

Tema	Indicadores extraídos das respostas
De que mais gosta no esporte?	Competições; jogar com colegas; aprender coisas novas; melhorar; lugar de conforto; desconexo com a vida acadêmica e pessoal
Como se sente quando perde um jogo? E quando ganha?	Muito para passar ainda; decepcionei time e técnico; em vão; decepcionado; pensando nos erros; corrigir; frustrado; triste; levanto a cabeça; melhorar; não repetir o que errei; angustiado; fracassado; raiva; fazer mais; mal; acreditar no processo; valeu a pena; feliz; adrenalina; ajudar o time; alívio; recompensado; ansioso; realizado; bem; funcionou; paz; orgulho; elétrico; aperfeiçoamento; crescente; resultados positivos
O que significa competir?	Dar o melhor; ficar em primeiro lugar; rivalidade; ajudar; se esforçar para ganhar; comparar times; botar em prática o que aprendemos; motivação insana; correr atrás de ser melhor; batalhar pra conquistar; vaga no time principal; medalha; sair do conforto; incentivo pra várias coisas na vida; dar o melhor; titularidade
Competir pode ser saudável? Por quê?	Futuro dos esportes ser melhor; melhora a mentalidade e maturidade; ganhar experiência; impulsionar; esforço sendo recompensado; ter mais calma; lidar com a derrota; errando que se aprende; disputar a habilidade; aprendizado; psicológico; evolução; rivalidade; ganhar a qualquer custo; sem rivalidade não teria graça; saudável fisicamente e mentalmente; pôr em prática o que foi estudado e treinado; resultado; lidar com diversas situações; desenvolver maneiras e técnicas de lidar com isso; estimula o esporte; terão momentos ruins e bons; ninguém gosta de perder
Já teve alguma experiência ruim em competição?	Pessoas irresponsáveis; mal preparo; joguei muito mal; fiquei no banco; bem mais confiante em quadra; humilhou meu time e eu; me cobrei tanto; me cobrei demais; errei o saque; fiz merda; não posso me afogar no erro; lesionei meu tornozelo; abalado
Qual profissão você deseja ter no futuro?	Atleta; técnico de vôlei; algo relacionado ao esporte; informática; designer gráfico; engenheiro civil

Legenda: Em negrito, estão as palavras que chamaram a atenção por se repetirem e por terem impacto determinante no discurso dos participantes.

Fonte: elaborado pelos autores, 2026

Para a extração dos indicadores apresentados, foram consideradas as categorias interpretativas “competição”, “violência” - referente às concepções e aos sentidos atribuídos pelos atletas a esse fenômeno - e “processos cognitivo-emocionais”. A partir dos indicadores, foi definido o núcleo de significação do Questionário 2, o qual permitiu compreender que, para o grupo, a competição é percebida como “rivalidade, motivação, ajudar uns aos outros, praticar o que aprendeu, dar o seu melhor para ficar em primeiro lugar e sair do conforto”. Ela gera “experiências boas” e “ruins”, possibilitando “lidar com diversas situações”, como “a derrota, a ansiedade e a frustração” e podendo ser “saúdável fisicamente e mentalmente”. Há também experiências de “humilhação, cobrança, lesão e oportunidade tomada por irresponsabilidade” que provocam “decepção, frustração com o fracasso, angústia e tristeza”, levando a pensamentos de “não gostar de perder” e “jogar mal”.

Ao serem identificados os sentidos atribuídos à competição não-violenta pelo questionário, observa-se que a competição passa a ser compreendida como um espaço que desafia os atletas a saírem da zona de conforto, gerando esforço, motivação e maturidade, além de representar o momento de dar o melhor de si na busca pelo primeiro lugar. Além do aprendizado físico, evidencia-se também o aprendizado psicológico, relacionado à capacidade desenvolvida de lidar com fenômenos inerentes à competição, como as derrotas. Tal compreensão aproxima-se da proposta da competição não-violenta, que a concebe como um processo pedagógico contínuo e saúdável em um espaço que favorece a aprendizagem pelas experiências adversas e a elaboração dessas situações.

Para Leontiev (1978, *apud* Calve; Rossler; Silva, 2015), significado é aquilo socialmente compartilhado por meio da linguagem e cristalizado em palavras, conceitos e símbolos, enquanto o sentido pessoal é o modo como cada pessoa se relaciona com um significado, sendo algo subjetivo, individual e variante conforme a história de cada sujeito. Tendo em vista essa diferenciação, foram comparadas as respostas dos participantes nos questionários inicial e final, buscando-se identificar os sentidos e significados atribuídos pelos atletas participantes à competição não-violenta após a intervenção proposta pela pesquisa.

Observam-se convergências quanto à concepção formativa da competição, às dimensões afetiva e cognitiva, ao valor educativo do esporte, à compreensão da rivalidade como saúdável e ao enfoque sociocultural do fenômeno competitivo. Em ambos os questionários, os atletas reconhecem que a competição envolve experiências positivas e negativas, pois, ao mesmo tempo em que é vista como fonte de motivação, recompensa e

desenvolvimento pessoal e social, também gera desconfortos, como pressão, angústia, frustração, nervosismo, decepção, raiva e tristeza. Esses desconfortos, entretanto, são igualmente compreendidos como impulsionadores do aprendizado, reforçando o caráter pedagógico e formativo da competição. Além disso, a rivalidade é percebida, nos dois momentos, como um elemento natural e positivo, desde que pautada pelo respeito e pela ética.

Quanto às divergências observadas nas percepções iniciais e atuais dos participantes, destacam-se três: os comportamentos dos participantes diante de fenômenos competitivos, o desenvolvimento da concepção de “competição não-violenta” e o aumento do número de participantes que visualizam um futuro profissional no esporte. No início da trilha, as experiências negativas eram vivenciadas de forma mais imediata e reativa pelos participantes, com atitudes de desistência diante das dificuldades e sentimentos de frustração. Ao final do processo, observou-se uma reorganização dos comportamentos dos participantes, expressa em posturas mais tranquilas e colaborativas, como a maior capacidade de reconhecer erros, persistir nas situações desafiadoras e cooperar com o grupo. Tais mudanças podem ser compreendidas a partir da resignificação das experiências esportivas, conforme prevê a proposta da competição não-violenta. Nesse processo, eles atribuíram novos sentidos à vivência competitiva: o que era visto como um contexto gerador de ansiedade e medo passou a ser percebido de forma mais leve e confiante, refletindo uma transformação nas formas de sentir, pensar e agir diante da competição e, conseqüentemente, nos estados pré-competitivos.

Ademais, o desenvolvimento da compreensão acerca da competição não-violenta mostrou-se significativo. No início da intervenção, os participantes a compreendiam como uma alternativa positiva à competição, associando-a à ausência de violência física e à ideia de uma “competição sem afronte” (P8). Ao término do processo, passaram a defini-la de forma mais elaborada e teórica, reconhecendo-a como um processo transformador da realidade.

Observou-se também um aumento no número de participantes que passaram a projetar um futuro profissional no esporte - seja como atletas, seja como integrantes da equipe multidisciplinar que compõe esse contexto. Tal movimento pode ser compreendido como resultado da proposta da competição não-violenta, a qual serviu como oportunidade de autoconhecimento para os atletas, favorecendo reflexões sobre dimensões pessoais e relacionais de sua vivência esportiva. Por meio das experiências e discussões, os participantes puderam conhecer o que gostam no esporte, o que não gostam, com quais

colegas se identificam, quais são seus limites, de que modo se relacionam com o técnico, como aprendem e se expressam e como lidam com diferentes situações competitivas.

É importante ressaltar que os processos reflexivos dos participantes ao longo da pesquisa não ocorreram de forma isolada: a presença dos pares atuou como um importante mediador das percepções e das respostas dos atletas. Ao ouvirem as experiências, opiniões e sentimentos dos colegas, os participantes passam a reavaliar suas próprias interpretações sobre a competição, reconhecendo semelhanças, diferenças e novas possibilidades de sentido. Essas trocas favorecem a identificação, a validação emocional e a ampliação do repertório de respostas, uma vez que os adolescentes tendem a se orientar também pelas normas e expectativas do grupo. Ao mesmo tempo, o papel mediador da pesquisadora foi fundamental para organizar esse fluxo de trocas, garantindo um ambiente seguro e acolhedor. A mediação qualifica a reflexão ao ajudar os atletas a nomearem emoções, explorarem as situações vividas e reconhecerem alternativas de ação. Assim, tanto o fator social quanto a mediação atuaram como facilitadores da construção de sentidos sobre a competição não-violenta.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS / CONCLUSÃO

A Psicologia, ao adentrar o campo do esporte competitivo infantojuvenil de alto rendimento, depara-se com um espaço de grande potencial para desenvolvimento integral de jovens atletas, para a aprendizagem socioemocional, para a construção da identidade, da subjetividade e do senso de pertencimento, a compreensão de regras e para o desenvolvimento da autonomia, da autopercepção, da responsabilidade, do trabalho em equipe e da capacidade de lidar com vitórias e derrotas. Ao mesmo tempo, identifica-se uma cultura que reprime a liberdade de sentir, viver e ser, com a justificativa de buscar a performance. Nessa cultura, atletas não são permitidos expressar emoções que afetem seu desempenho durante o jogo e, para isso, buscam estratégias para amenizar o desconforto, a angústia e o sentir na quadra. Assim, da mesma forma que a violência no esporte se manifesta na ênfase excessiva na vitória e na pressão exagerada, que causam altos níveis de estresse e cansaço, o ato contra a espontaneidade, a vontade e a liberdade de alguém também pode ser considerado violência.

Diante dessa realidade, reconhece-se que a Psicologia atua como aliada na transformação das práticas esportivas, ao intervir nos modos de relação e significação que sustentam a cultura esportiva. Embora, em curto período de tempo, a intervenção realizada

não dispunha de condições suficientes para promover uma transformação completa dessa cultura, ela possibilita que mudanças ocorram gradualmente, à medida que cria espaços que favorecem o exercício da sensibilidade, da escuta e da expressão. Nesse sentido, a intervenção representou uma oportunidade de exercer a liberdade de sentir e de possibilitar que os atletas reconhecessem, expressassem e compartilhassem conteúdos para além dos resultados, contribuindo para a ideia de que atletas não são máquinas.

Ademais, por se tratar de uma pesquisa-intervenção de caráter pedagógico, avalia-se se os objetivos propostos foram efetivamente alcançados ao longo do processo. O objetivo “promover o desenvolvimento da competitividade entre atletas adolescentes” levou a discussões sobre o tema “competição” nas rodas de conversa despertaram, entre os participantes, o desejo de competir. Além disso, a realização de uma atividade prática de competição não-violenta possibilitou a vivência concreta da competitividade.

Da mesma forma, a partir do objetivo “implementar uma abordagem de competição capaz de atender às exigências do desempenho esportivo sem reproduzir práticas de violência”, foi possível transformar as experiências esportivas dos participantes a fim de que eles percebessem a situação competitiva de forma mais leve e confiante, consequentemente alterando suas estados pré-competitivos e impactando positivamente o desempenho do time.

Quanto ao objetivo “proporcionar um ambiente seguro para o compartilhamento de sentimentos, potencialidades, dificuldades e experiências individuais e coletivas”, levou-se à promoção de confiança e acolhimento entre os atletas, na medida em que as rodas de conversa constituíram-se como espaços de expressão afetiva e reflexiva.

Por fim, o objetivo “utilizar mediações dialógicas para promover mudanças nos sentidos pré-atribuídos à competição” possibilitou que o processo interventivo ampliasse as percepções sobre a competição e ressignificar aspectos inicialmente compreendidos de forma negativa.

Quanto às contribuições da pesquisa no âmbito científico e social, este estudo pode contribuir para o fortalecimento do campo de produção científica em Psicologia do Esporte no Brasil, especialmente proveniente dos cursos de graduação em Psicologia, ao incentivar novas formas de pensar e fazer na área a partir de diferentes perspectivas teóricas, como a abordagem histórico-cultural. Além disso, contribui para ampliar os debates sobre a violência no esporte de alto rendimento, especialmente voltados a crianças e adolescentes.

Ao compreender os fenômenos socioculturais que permeiam a competição e reconhecer que a forma como os atletas interpretam suas experiências no esporte tem

impacto na formação da subjetividade, de pensamentos, de emoções, da identidade e da autonomia, propõe-se a continuação do desenvolvimento de pesquisas e intervenções pautadas na perspectiva da competição não-violenta. Tais práticas podem constituir instrumentos pedagógicos voltados ao desenvolvimento integral do atleta — não apenas ao desempenho —, favorecendo transformações na percepção sobre o ato de competir e contribuindo para a superação de concepções violentas no esporte.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, W. M. J. DE; OZELLA, S. Apreensão dos sentidos: aprimorando a proposta dos núcleos de significação. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 94, n. 236, p. 299-322, jan. 2013.

AGUIAR, W. M. J. DE; SOARES, J. R.; MACHADO, V. C. Núcleos de significação: uma proposta histórico-dialética de apreensão das significações. **Cadernos de Pesquisa**, v. 45, n. 155, p. 56-75, jan. 2015.

BOCK, A. M. B. A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 11, n. 1, p. 63-76, jan. 2007.

BRASIL. Conselho Federal de Psicologia (CFP). **Referências técnicas para atuação de psicólogos(os) em políticas públicas de esporte**. Brasília, 2019. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/publicacao/referencias-tecnicas-para-atuacao-de-psicologasos-em-politicas-publicas-de-esporte/>. Acesso em: 7 abr. 2025.

CALVE, T. M.; ROSSLER, J. H.; SILVA, G. L. R. DA. A aprendizagem escolar e o sentido pessoal na Psicologia de A. N. Leontiev. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 19, n. 3, p. 435-444, set. 2015.

CHAUÍ, M. Ética, política e violência. In: CAMACHO, T. (org.). **Ensaio sobre violência**. Vitória, ES: Edufes, 2003.

CICARELLO JUNIOR, I. C. **Uma estratégia de orientação de estágio supervisionado com atividades gamificadas numa perspectiva histórico-cultural**. 2022. 340p. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2022.

COSTAS, F. A. T.; FERREIRA, L. S. Sentido, significado e mediação em Vygotsky: implicações para a constituição do processo de leitura. **Revista Ibero-Americana de Educação**, v. 55, p. 205-223, 2011.

DAMIANI, M. F. *et al.* Discutindo pesquisas do tipo intervenção pedagógica. **Cadernos de Educação**, n.45, p. 57-67, 2013.

DIAS, M. H.; TEIXEIRA, M. A. P. Estudo exploratório sobre o abandono do esporte em jovens tenistas. **Rev. bras. psicol. esporte**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 01-18, dez. 2007.

FACCI, M. G. D. A periodização do desenvolvimento psicológico individual na perspectiva de Leontiev, Elkonin e Vigotski. **Cadernos CEDES**, v. 24, n. 62, p. 64-81, abr. 2004.

FILATRO, A.; CAVALCANTI, C. C. **Metodologias inovativas na educação presencial, a distância e corporativa**. 1ª ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2018.

MACHADO, A. A.; BRANDÃO, M. R. F. Performance esportiva de adolescentes: influências psicológicas externas. **Motriz: Revista de Educação Física**, Rio Claro, v. 12, n. 3, p. 262-268, set./dez. 2006.

MANZINI, E. J. Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros. In: Seminário Internacional sobre Pesquisa e Estudos Qualitativos, 2, 2004, Bauru. A pesquisa qualitativa em debate. **Anais...** Bauru: USC, 2004.

MARQUES, R. F. R.; ALMEIDA, M. A. B. DE; GUTIÉRREZ, G. L. Esporte: um fenômeno heterogêneo: estudo sobre o esporte e suas manifestações na sociedade contemporânea. **Movimento**, v. 13, n. 3, p. 225-242, 2008.

MARTINS, M. V. A. **Psicologia do esporte: influência dos aspectos psicológicos no rendimento de atletas de alto nível**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2018.

MARTINS, L. M.; RABATINI, V. G. A concepção de cultura em Vigotski: contribuições para a educação escolar. **Rev. psicol. polít.**, São Paulo, v. 11, n. 22, p. 345-358, dez. 2011.

MASCAGNA, C. G. **Adolescência: Compreensão Histórica a Partir da escola de Vigotski**. 2009. 185p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2009.

MEDRADO, B.; SPINK, M. J. P.; MÉLLO, R. P. Diários como atuantes em nossas pesquisas: Narrativas ficcionais implicadas. In SPINK, M. J. P. *et al.* (org.). **A produção de informação na pesquisa social: Compartilhando ferramentas**. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, 2014.

MILLMAN, D. **O Atleta Interior**. São Paulo: Pensamento, 1994.

MOLON, S. I. Notas sobre constituição do sujeito, subjetividade e linguagem. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 16, n. 4, p. 613-622, out./dez. 2011

NASCIMENTO, R. F. Pesquisa-ação e oficinas psicossociais: recursos metodológicos de trabalho social-comunitário. In: GUERRA, A. M. C. *et al.* (org.). **Psicologia social e direitos humanos**. Belo Horizonte: Edições do Campo Social, 2003.

OZELLA, S. Adolescência: Uma perspectiva crítica. In: CONTINI, M. DE L. J.; KOLLER, S. H. (coord.). **Adolescência e psicologia: concepções, práticas e reflexões críticas**. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2002.

PIRES, M. F. DE C. O materialismo histórico-dialético e a Educação. **Interface** -

Comunicação, Saúde, Educação, v. 1, n. 1, p. 83-94, ago. 1997.

ROSA, A. P. M. DA; GOI, M. E. J. Teoria socioconstrutivista de Lev Vygotsky: aprendizagem por meio das relações e interações sociais. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 10, 2024.

SHIELDS, D.; BREDEMEIER, B. **True competition**: A guide to pursuing excellence in sport and society. Champaign, IL: Human Kinetics, 2009.

VALLADARES, L. Os dez mandamentos da observação participante. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 22, n. 63. p. 153-155, fev. 2007.

VIEIRA, L. F. *et al.* Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. **Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr. 2010.

VIGOTSKI, L. S. **A formação social da mente**: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.