

AUTORES:

Livia Viana-Meireles ¹
 Rodrigo Pieri ²
 Alexandre Medeiros ³
 Christiane Rocha ⁴
 Angela Oliva ⁵

¹ Curso de Psicologia, Universidade Federal do Piauí, Brasil

² Centro de Ensino Augusto Motta, Rio de Janeiro

³ Grupo de Pesquisa em Biodinâmica do Movimento Humano, Instituto de Educação Física e Esportes, Universidade Federal do Ceará, Brasil

⁴ Universidade do Estado do Rio de Janeiro

⁵ Programa de Pós-graduação em Psicologia Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

<https://doi.org/10.5628/rpcd.17.S1A.282>

RESUMO

A empatia é a capacidade de reconhecer e responder apropriadamente aos estados emocionais dos outros e está associada ao estabelecimento de interações sociais de qualidade. O objetivo deste trabalho foi avaliar a empatia em treinadores esportivos brasileiros por meio do Inventário de Empatia (IE), uma medida brasileira composta por 40 itens divididos em quatro fatores: "Tomada de Perspectiva" (TP), "Flexibilidade Interpessoal" (FI), "Altruísmo" (Al) e "Sensibilidade Afetiva" (SA). A Correlação de Pearson foi utilizada e foram encontradas diferenças significativas para os fatores: TP ($p = 0,04$) e a variável ex-atleta, SA ($p = 0,01$) e a variável experiência, FI e a variável nível competitivo ($p = 0,03$). Em conclusão, treinadores que não foram atletas atendem mais as exigências e compreendem melhor os seus atletas, treinadores menos experientes têm maior preocupação ou consideração pelas necessidades dos atletas e treinadores da iniciação esportiva têm mais facilidade em aceitar pontos de vista diferentes.

Empatia em treinadores esportivos brasileiros

PALAVRAS CHAVE:

Psicologia do esporte.
 Empatia. Treinador.

Empathy in Brazilian sports coaches

ABSTRACT

Empathy is the ability to recognize and respond appropriately to the emotional states of others and is associated with establishing social quality interactions. The objective of this study was evaluate empathy in Brazilian sports coaches through the Empatia Inventory (IE), a Brazilian measure composed of 40 items divided into four factors: "Perspective Approach" (TP), "Interpersonal Flexibility" , "Altruism" (Al) and "Affective Sensitivity" (SA). Pearson's correlation was used and significant differences were found for the factors: TP ($p = 0.04$) and the ex-athlete variable, SA ($p = 0.01$) and the experience variable, FI and the variable competitive level ($p = 0.03$). In conclusion, coaches who were not athletes meet the demands and better understand their athletes, less experienced coaches have greater concern or consideration for the needs of athletes and coaches of sports initiation are easier to accept different points of view.

KEY-WORDS:

Psychology of Sport.
 Empathy. Coaches.

INTRODUÇÃO

A empatia é considerada um constructo multidimensional que se constrói na relação do indivíduo com as pessoas e com o seu meio circundante². Pode ser definida como sendo o processo pelo qual nos damos conta do que passa com outra pessoa e nos voltamos para suas emoções. A empatia pode ser sintetizada em uma equação que depende da combinação do alerta emocional, que desperta a nossa preocupação com o outro, e uma abordagem cognitiva, que nos ajuda a avaliar a situação¹⁴. Estudos recentes têm proposto que além da componente afetivo e cognitivo, a empatia envolve também um componente comportamental, que diz respeito à capacidade de reconhecer, perceber e responder, verbal ou não verbalmente, aos estados emocionais dos outros^{3,11}.

Estudos^{3,11} apontaram efeitos positivos da empatia nos relacionamentos sociais, tais como diminuição de conflitos, melhora na comunicação, aumento da coesão grupal, promoção de afeto e simpatia. Deficiências na capacidade empática podem estar envolvidas em problemas de regulação e autocontrole emocional, favorecendo o comportamento agressivo, além de gerar prejuízos no trabalho, na escola e nas relações parentais¹¹. Em outras palavras, o engajamento empático conecta as pessoas e serve como apoio social, trazendo efeitos psicossociais positivos, enquanto que as desconexões geram um alto grau de insegurança¹⁴. Em diversos contextos a empatia está relacionada a um aprimoramento dos relacionamentos pessoais.

Quando se trata do contexto esportivo, a empatia pode ser particularmente potente¹². A relação entre treinador e atleta é fundamental para se compreender o contexto esportivo, pois os comportamentos, pensamentos e sentimentos dos treinadores e atletas impactam um ao outro e podem causar tanto experiências positivas quanto negativas^{1,15}. Lorimer and Jowett⁸ argumentam que a habilidade de treinadores conhecerem e responderem adequadamente às necessidades de seus atletas é uma dimensão fundamental para se chegar a uma alta qualidade de treinamento. Jowett and Clark-Carter⁶ afirmam que o relacionamento entre a díade treinador-atleta é nuclear nos esportes de treinamento e envolve um propósito comum, um sentimento de apego e de responsabilidade mútua, proximidade, cuidado, confiança, tolerância, apoio pedagógico, conselho, divisão de novidades, respeito à privacidade e troca de confidências. Nessa medida, a capacidade empática do treinador em compreender de forma acurada seus atletas é vital para se alcançar uma parceria funcional⁹.

Diante disso, Maclean and Hamm¹⁰ afirmam que a influência exercida pelos treinadores sobre os atletas e a transmissão de valores são motivos importantes para que cada vez mais pesquisas sejam realizadas com essa população. Contudo, pesquisas sobre empatia no relacionamento da díade treinador-atleta que visam compreender como essa característica se manifesta durante as práticas das modalidades esportivas de competições, são bastante escassos no contexto brasileiro. Assim, a presente pesquisa teve como objetivo avaliar a empatia em treinadores esportivos brasileiros, investigando quais variáveis, tais como o fato do treinador ter sido atleta, a experiência e o nível competitivo, podem afetar o nível de empatia dos treinadores.

MATERIAL E MÉTODOS

A amostra foi não-probabilística e acidental, formada por treinadores de esportes individuais (natação, atletismo e ginásticas) da Turma da Academia Brasileira de Treinadores, do Instituto Olímpico Brasileiro (IOB), que é o departamento de educação do Comitê Olímpico Brasileiro (COB). Foram seguidos todos os critérios éticos para pesquisa com seres humanos de acordo com a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sendo aprovado pela Comissão de Ética em Pesquisa (COEP), da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), sob parecer 039/2012. (QUADRO 1)

QUADRO 1. Caracterização dos treinadores em função do sexo, nível de instrução, ex-atleta ou não, nível de experiência, modalidade esportiva, nível competitivo e categoria.

VARIÁVEL	GRUPO 1	GRUPO 2
Sexo	Masculino	Feminino
	52 (74,3%)	18 (25,7%)
Nível de instrução	Graduação	Pós-graduação
	52 (72,3%)	18 (25,7%)
Ex-atleta	Sim	Não
	55 (78,6%)	15 (21,4%)
Nível de experiência	Pouco experiente	Muito experiente
	50 (71,4%)	20 (28,6%)
Modalidade esportiva	Individual	Coletiva
	70 (100%)	-
Nível competitivo	Iniciação esportiva	Alto rendimento
	31 (44,2%)	39 (55,8%)
Categoria	Infanto-juvenil	Adulto
	47 (67,2%)	23 (32,8%)

Foi utilizado um questionário sociodemográfico para caracterizar a amostra e para avaliar a empatia dos treinadores foi aplicado o Inventário de Empatia (IE)⁴, uma medida brasileira que avalia a empatia de acordo com um modelo multidimensional. O IE é composto de 40 itens que medem os componentes cognitivos, afetivos e comportamentais da empatia e são divididos em quatro fatores: "Tomada de Perspectiva" (TP) – caracterizada pela habilidade de entender a perspectiva e sentimentos do outro; "Flexibilidade Interpessoal" (FI) – definida como sendo a capacidade de tolerar comportamentos e sentimentos do outro; "Altruísmo" (AI) – é a disposição de deixar os próprios sentimentos em segundo plano em prol de beneficiar ou ajudar o outro; "Sensibilidade Afetiva" (SA) – que reflete sentimentos de compaixão e interesse pelo estado emocional do outro. Os itens agrupados nos quatro fatores revelam, em seu conjunto, componentes da empatia e todas as análises são feitas para cada um dos fatores, pois o instrumento não oferece um escore geral da

empatia. O software SPSS (versão 22.0) foi utilizado para analisar os dados e inicialmente, a estatística descritiva foi conduzida. Com o propósito de entender o grau de relação entre os fatores do IE (variável dependente) e as características sociodemográficas (variável independente) as médias entre os subgrupos foram comparadas por meio do Teste *t* de Student. Adotou-se um nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Relacionando os fatores do IE com cada uma das variáveis sociodemográficas dos treinadores, encontraram-se os resultados apresentados no quadro 2. De um modo geral, foram encontradas relações significativas apenas para o fator “tomada de perspectiva” e a variável “ex-atleta”; o fator “sensibilidade afetiva” e a variável “nível de experiência” e o fator “Flexibilidade interpessoal” e “nível competitivo”. (QUADRO 2)

QUADRO 2. Resultados das diferenças de médias entre os grupos e os fatores do IE.

VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS		TP Md(±dp)	FI Md(±dp)	AL Md(±dp)	AS Md(±dp)
Sexo	Masculino	41,33 (±7,03)	30,0 (±6,33)	30,63 (±5,93)	31,62 (±4,90)
	Feminino	43,44 (±8,41)	31,17 (±3,03)	31,61 (±6,51)	37,28 (±5,04)
Nível de instrução	Graduação	40,87 (±7,61)	30,15 (±5,65)	31,50 (±5,80)	36,15 (±5,29)
	Pós-graduação	44,78 (± 6,04)	30,71 (±5,87)	29,11 (±6,58)	35,72 (±3,92)
Ex-atleta	Sim	40,95* (±7,12)	30,73 (±5,92)	30,71 (±6,23)	35,45 (±4,79)
	Não	45,27* (±7,67)	28,73 (±4,45)	31,53 (±5,47)	38,20 (±5,12)
Nível de experiência	Muito experiente	40,95 (±8,43)	30,10 (±7,11)	28,65 (±6,68)	34,15* (±3,86)
	Pouco experiente	42,24 (±7,01)	30,38 (±5,06)	31,78 (±5,60)	36,80* (±5,17)
Nível competitivo	Iniciação esportiva	42,58 (±6,42)	31,87* (±4,44)	32,19 (±7,0)	35,68 (±5,34)
	Alto rendimento	41,31 (±8,13)	29,05* (±6,26)	29,85 (±5,03)	36,33 (±4,67)
Categoria	Infanto-juvenil	42,53 (±7,14)	30,74 (±5,08)	31,32 (±6,09)	36,62 (±4,59)
	Adulto	40,52 (±7,89)	29,39 (±6,75)	30,0 (±6,01)	38,87 (±5,54)

* $p < 0,05$; TP=Tomada de Perspectiva, FI=Flexibilidade Interpessoal, AL=Altruísmo, SA=Sensibilidade Afetiva.

Quando os resultados do IE são comparados à variável “ex-atleta”, nota-se que existiu diferença significativa para a dimensão “Tomada de perspectiva” ($p = 0,04$), sendo que a maior média encontrada está para os respondentes que relataram não serem ex-atletas. Esse resultado destaca o fato de que a expertise adquirida pela prática como atleta naquele esporte não influenciou na capacidade dos treinadores de compreender as perspectivas

e sentimentos dos atletas, sendo menos provável que ao tomar decisões os treinadores se coloquem no lugar dos seus atletas, tendo uma postura menos empática. Os papéis sociais de atleta e treinador são diferentes e a visão de atletas e treinadores muda ao vivenciar um ou outro papel, enquanto “o atleta sente a técnica, mas não consegue vê-la; o treinador vê a técnica, mas não consegue senti-la”⁵ (P.22). A vivência como atleta pode ter ensinado aos treinadores que experimentar compaixão e demonstrar as emoções pode atrapalhar na tomada de decisão e no planejamento dos treinos, semelhante ao que foi encontrado nos estudos de empatia para profissionais de saúde, que durante a formação priorizam disciplinas técnicas em detrimento de disciplina humanas, por considerar que uma postura empática pode afetar a clareza de diagnóstico⁷.

Quando comparadas as dimensões do IE, com relação a variável “nível de experiência”, observa-se que existe diferença significativa para o fator “sensibilidade afetiva” ($p = 0,01$). A maior média encontrada está para os respondentes com pouca experiência. Esse resultado aponta que treinadores com menos anos de experiência tem maior preocupação ou consideração pelas necessidades dos outros e uma tendência a agir de acordo com essas necessidades do que os treinadores mais experientes. A correlação entre a experiência dos treinadores e uma medida de empatia também apareceu nos estudos de Lorimer and Jowett⁸. Para os autores, em um relacionamento de longo prazo na medida em que a familiaridade entre os parceiros aumenta eles passam a atender menos a sugestões verbais e não verbais um do outro, aumentando, por conseguinte, as suposições sobre os sentimentos e pensamentos entre eles e diminuindo a acurácia empática. Esta diz respeito à concordância dos sentimentos entre a diáde e no caso do treinador e do atleta, essa compreensão mútua depende da quantidade de tempo de convivência entre eles⁸. Os resultados da correlação demonstram que os treinadores em início de carreira parecem investir mais nos relacionamentos com os atletas e na medida em que fica mais experiente como treinador ele acredita conhecer mais das emoções e necessidades dos atletas o que diminui a sensibilidade afetiva e o interesse pelo estado emocional dos atletas.

Existiu diferença significativa no fator “flexibilidade interpessoal” com relação à variável “nível competitivo” ($p = 0,03$). Isso significa que os treinadores da iniciação esportiva demonstraram ter mais flexibilidade interpessoal e têm mais facilidade em aceitar pontos de vista diferentes que treinadores no alto rendimento, que podem acabar sendo pouco tolerantes a pensamentos divergentes dos seus e terem uma tendência a se aborrecer facilmente em situações de conflitos de interesses ou de frustração interpessoal. Esses resultados se relacionam com os encontrados por Sonoo, Hoshino¹³ que afirmam que na medida em que a categoria aumenta, os treinadores diminuem os reforços dado aos atletas, bem como há uma diminuição da transmissão de instruções técnicas.

Tendo em vista a importância de se estudar as relações entre atletas e treinadores, os resultados aqui apresentados indicam que a empatia no contexto esportivo. A empatia es-

portiva pode ser definida como a capacidade do treinador perceber o atleta, de compreender suas emoções e sentimentos relacionados à modalidade esportiva e a capacidade de transmitir essa compreensão no relacionamento com os atletas e no planejamento dos treinos. O desenvolvimento da empatia esportiva parece ser afetado pelas características do passado do treinador (se foi atleta e o nível de experiência) e também com as peculiaridades dos atletas com quem estão atuando (nível competitivo). Assim, o treinador no contexto esportivo apresenta uma empatia que leva em consideração a ambivalência desse ambiente, pois os técnicos têm que assumir uma posição de liderança e autoridade por um lado e, ao mesmo tempo, precisa ter a sensibilidade de lidar com as dificuldades e emoções dos esportistas.

Estudos da área de psicologia do esporte devem investir em um olhar diferenciado ao relacionamento treinador-atleta elaborando programas de treinamento da empatia adequados às especificidades do treino esportivo em diferentes modalidades. Estudos futuros devem verificar a empatia esportiva em outras modalidades esportivas.

REFERÊNCIAS

1. Costa VT (2003). Análise do perfil de liderança atual e ideal de treinadores de futsal de alto rendimento, através da escala de liderança no desporto (ELD). Minas Gerais Universidade Federal de Minas Gerais.
2. Falcone EM (2006) de O. Práticas educativas positivas favorecem o desenvolvimento da empatia em crianças. *Psicologia em Estudo, Maringá*. 11(3):523-532.
3. Falcone E. (2009) Empatia a sabedoria do vínculo afetivo e das relações sociais. In: Araújo C, editor. II Seminário Internacional de Habilidades Sociais; Rio de Janeiro.
4. Falcone E, Ferreira M, Luz R, Fernandes C, Faria C, D'Augustin J (2008). Inventário de empatia (I.E.): desenvolvimento e validação de uma medida Brasileira. *Avaliação Psicológica*; 7(3):321-34.
5. Goldsmith W, Sweetenham B (2002) Reserve tempo para ser treinador: ensine os seus atletas a porem em prática os princípios científicos. *Revista Treino Desportivo*, 117.
6. Jowett S, Clark-Carter D (2006). Perceptions of empathic accuracy and assumed similarity in the coach-athlete relationship. *British Journal of Social Psychology*;45:617-37.
7. Hojat M (2007). Empathy in patient care. Antecedents, developments, measurement and outcomes: Pennsylvania:Springer.
8. Lorimer R, Jowett S (2010). Feedback of information in the empathic accuracy of sport coaches. *Psychology os Sport and Exercise* 11:12-7.
9. Lorimer R. The development of empathic accuracy in sports coaches. *Journal of Sport Psychology in Action*;4:26-33.
10. Maclean J, Hamm S (2008). Values and sport participation: comparing participant groups, age and gender. *Journal of Sport Behavior*;31(4):252-367.
11. Pinho V, Fernandes C, Falcone E (2011). Auto-estima, auto-confiança e responsabilidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*.11(2):456-71.
12. Sevdalis V, Raab M (2014). Empathy in sports, exercise, and the performing arts. *Psychology of Sport and Exercise*;15:173-9.
13. Sonoo CN, Hoshino EF, Vieira LF (2008). Liderança esportiva: estudo da percepção de atletas e técnicos no contexto esportivo. *Psicologia: teoria e prática*;10(2):68-82.
14. Waal F (2010). A era da empatia: Lições da natureza para uma sociedade mais gentil. São Paulo: Companhia das letras.
15. Weinberg RS, Gould D (2001). Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. Porto Alegre: Art-med Editora.