



A PSICOLOGIA NOS E-SPORTS: PERCEPÇÃO DE PSICÓLOGOS E ATLETAS

Resumo - O estudo objetiva explorar a percepção de atletas de e-sports e psicólogos sobre o trabalho da Psicologia nesse contexto. Cinco atletas e cinco psicólogos responderam a questionários eletrônicos. As respostas foram analisadas com o software IRaMuTeQ, formando um corpus de 10 textos, com 72 segmentos de texto (ST), sendo aproveitados 54 ST (75%). Identificaram-se 2.542 ocorrências, com 850 palavras distintas e 540 ocorrendo uma única vez. As palavras mais evocadas na nuvem de palavras foram: “psicólogo” (f = 21), “trabalho” (f = 19) e “time” (f = 16). A análise de similitude destacou “psicólogo”, “trabalho” e “profissional”. A Classificação Hierárquica Descendente categorizou o conteúdo em seis classes: “Interseções entre a vida pessoal e profissional no esporte”, “Autoestima e seus impactos na equipe”, “Atuação do psicólogo nos e-sports”, “Qualificação profissional”, “Focos da intervenção psicológica” e “Importância do trabalho psicológico”. Concluiu-se pela indissociabilidade entre o trabalho do psicólogo e as intervenções grupais, a relevância das intervenções individuais, o impacto da vida pessoal, os efeitos de uma autoestima excessiva, a importância do psicólogo junto à equipe técnica, a escassez de qualificação especializada e o impacto positivo da atuação do psicólogo.

Palavras-chave: psicologia do esporte; jogos eletrônicos; E-sports.

PSYCHOLOGY IN E-SPORTS: PERCEPTION OF PSYCHOLOGISTS AND ATHLETES

Abstract - The study aims to explore the perception of e-sports athletes and psychologists regarding the role of Psychology in this context. Five athletes and five psychologists responded to electronic questionnaires. The responses were analyzed using the IRaMuTeQ software, forming a corpus of 10 texts, with 72 text segments (TS), 54 of which were used (75%). A total of 2,542 occurrences were identified, with 850 distinct words and 540 appearing only once. The most frequently evoked words in the word cloud were: "psychologist" (f = 21), "work" (f = 19), and "team" (f = 16). The similarity analysis highlighted "psychologist", "work", and "professional." The Descending Hierarchical Classification categorized the content into six classes: "Intersections between personal and professional life in sports," "Self-esteem and its impacts on the team," "Psychologist's role in e-sports," "Professional qualification," "Focus of psychological interventions," and "Importance of psychological work." It was concluded that the psychologist's work is inseparable from group interventions, individual interventions are highly relevant, personal life impacts performance, excessive self-esteem can have adverse effects, the psychologist plays a key role with the technical team, there is a lack of specialized professional training, and the psychologist's work has a positive impact.

Keywords: psychology of sports; electronic games; E-sports.

PSICOLOGÍA EN LOS E-SPORTS: PERCEPCIÓN DE PSICÓLOGOS Y DEPORTISTAS

Resumen - El estudio tiene como objetivo explorar la percepción de atletas de e-sports y psicólogos sobre el papel de la Psicología en este contexto. Cinco atletas y cinco psicólogos respondieron a cuestionarios electrónicos. Las respuestas fueron analizadas con el software IRaMuTeQ, formando un corpus de 10 textos, con 72 segmentos de texto (ST), de los cuales se aprovecharon 54 (75%). Se identificaron 2.542 ocurrencias, con 850 palabras distintas y 540 que aparecieron solo una vez. Las palabras más evocadas en la nube de palabras fueron: "psicólogo" (f = 21), "trabajo" (f = 19) y "equipo" (f = 16). El análisis de similitud destacó "psicólogo", "trabajo" y "profesional". La Clasificación Jerárquica Descendente categorizó el contenido en seis clases: "Intersecciones entre la vida personal y profesional", "Autoestima y sus impactos", "Rol del psicólogo en los e-sports", "Calificación profesional", "Focos de las intervenciones psicológicas" y "Importancia del trabajo psicológico". Se concluyó que el trabajo del psicólogo es inseparable de las intervenciones grupales, las intervenciones individuales son importantes, la vida personal impacta el rendimiento, y hay escasez de formación especializada, además de un impacto positivo de la labor psicológica.

Palabras-clave: psicología del deporte; juegos electrónicos; deportes electrónicos.

Bruno Rezende

brunomr.contato@gmail.com

*Centro Universitário
Augusto Motta, Brasil*

Igor Rosa

*Centro Universitário
Augusto Motta, Brasil*

*Luiz Felliipe Dias da
Rocha*

*Centro Universitário
Augusto Motta, Brasil*

Renata Parente Garcia

*Centro Universitário
Augusto Motta, Brasil*

Caroline Muniz

*Centro Universitário
Augusto Motta, Brasil*

*[http://dx.doi.org/
10.30937/2526-
6314.v8.id209](http://dx.doi.org/10.30937/2526-6314.v8.id209)*

Recebido: 7 out 2024

Aceito: 25 dez 2024

Publicado: 17 jun 2025



Introdução

O esporte é um dos maiores fenômenos sociais e culturais do mundo e pode ser definido como uma atividade cultural onde humanos voluntariamente se relacionam com intenção de desenvolver suas habilidades e conquistas particulares, além de compararem a si mesmos com outros em torno das regras do próprio jogo criado¹. Desde seus primórdios, o esporte acompanha a forma como as sociedades se organizam e se transformam, espelhando diferenças socioeconômico-culturais. O esporte acompanha a evolução da humanidade², tendo suas origens ainda no período pré-histórico, com atividades voltadas à caça e à sobrevivência de forma geral. É organizado na Grécia Antiga, com eventos competitivos voltados ao culto aos deuses, ao corpo e à beleza. Caracterizou-se como prática da aristocracia até o final do século XVIII, sofrendo transformações com a ascensão da burguesia e a disseminação de práticas esportivas em outras camadas sociais. O século XIX marca uma importante transformação com a proposta de universalização dos esportes, pretendendo-se valorizar aspectos pedagógicos do esporte, bem como valorizar a competição leal e sadia.

Com o avanço da tecnologia desenvolve-se uma nova forma de praticar esportes, mediada por TVs e computadores: os chamados esportes eletrônicos ou *e-sports*. Em 1999 é utilizado pela primeira vez o termo *e-sport*, no lançamento da coluna *Online Gamers Association* (OGA), do site Eurogamer, especializado em *videogames* na Inglaterra³. O esporte deixa, assim, de limitar-se a uma realidade puramente física para ocupar lugar, também, na realidade virtual sendo esta considerada uma nova fase dos esportes⁴. Nesse ínterim, pode-se dizer que os *e-sports* aproximam os esportes tradicionais da alta tecnologia contida na chamada quarta revolução industrial, na qual vivemos atualmente⁵.

Hoje os esportes eletrônicos movimentam altos valores monetários ao redor do mundo, figurando como um dos grandes setores da economia no mercado de *games*. Calcula-se que em 2021 o mercado internacional de *e-sports* movimentou 1 bilhão de dólares, com expectativa de movimentar 1.6 bilhão em 2024⁶. Além disso, em 2020, esta modalidade esportiva atraiu uma audiência de 495 milhões de pessoas, com previsão de aumento para 646 milhões de expectadores em 2023⁷, demonstrando um interesse grande e crescente pelos *e-sports*. Àqueles que ainda dizem ser somente um jogo praticado por meninos em suas casas, bastaria sinalizar os milhões que estão sendo movimentados no mercado e “veríamos com maior facilidade que os ‘meninos jogando’ são na verdade

meninos trabalhando, meninos produzindo, meninos sendo explorados. Fórmula já bastante conhecida (p. 116)”⁵.

Enquanto nicho competitivo da indústria dos games, os *e-sports* têm sua história de competições iniciada nos anos 1970, com um importante marco em 1980: o campeonato ‘*Space Invaders Championship*’, organizado pela ATARI⁸. Ao longo dos anos, estas competições vêm se ampliando, se transformando e se reinventando a partir da criação de equipes oficiais com suas respectivas comissões técnicas, do apoio de governos, do estabelecimento de instituições dedicadas à organização e fomento da prática (como federações e confederações) além, é claro, do desenvolvimento de novas tecnologias. A chegada dos jogos na modalidade *multiplayer online* “inovam o cenário e fazem uma nova configuração de jogo: mais atrativo, competitivo e tornando-se uma realidade em todo o mundo (p. 4)”⁹. Atualmente os *e-sports* são considerados como um grande fenômeno competitivo^{4,9}.

A despeito de toda esta (r)evolução dos *e-sports*, a discussão sobre estes serem ou não, de fato, uma modalidade esportiva segue ativa. Ainda que reconheçamos a importância deste debate não nos debruçaremos sobre ele dado que já há na literatura produções a este respeito^{4,10-12}. Além deste debate, outra discussão que se faz igualmente importante e que sinaliza a abrangência dos esportes eletrônicos é a sua possível inserção nos Jogos Olímpicos. Este assunto já vem sendo tratado pelas organizações competentes e já existe desde 2001 o evento ‘*World Cyber Games*’, totalmente baseado nos princípios e nos ideais dos Jogos Olímpicos da era moderna⁷.

Os *e-sports* podem ser definidos como uma área dedicada a práticas esportivas onde as pessoas aprimoram suas habilidades mentais e físicas por meio do uso de tecnologias de informação e comunicação¹. Ou ainda, jogos eletrônicos que envolvem competições organizadas profissionalmente¹³. Na prática, pode-se dizer que são inegáveis as similaridades dos esportes eletrônicos aos esportes tradicionais, tais como: jogadores, a intensidade experimentada a cada partida, expectadores, árbitros, agentes, ligas, torneios, patrocínios, a cultura do jogo profissional, a competição (perdedores e vencedores), a cultura do espetáculo, o prazer, o uso de habilidades físicas e mentais, os centros de treinamento, as diversas especialidades envolvidas, etc^{7,9}.

Por suas características, os *e-sports* enquadram-se na categoria dos esportes intelectuais, dado que o desempenho de seus praticantes depende mais dos aparatos

cognitivo e emocional do que do físico-motor⁸. No que tange à Psicologia do esporte, tem-se como consenso que onde houver pessoas desenvolvendo-se no e pelo esporte, a atuação de profissionais desta área será bem vinda¹⁴. Não seria diferente no que tange aos esportes eletrônicos.

No Brasil, as primeiras contratações de psicólogos ocorreram em 2015, pelas equipes *Pain Gaming* e INTZ, poucos anos depois da primeira competição oficial no país com uma premiação de 80 mil dólares⁸. Atualmente este profissional é um dos mais visados para integrar comissões técnicas de esportes eletrônicos⁸.

O interesse pela influência de aspectos psicossociais na prática esportiva remonta o século XIX. Na década de 1890, Norman Triplett debruçou-se sobre o estudo do efeito da competição no desempenho de ciclistas. Notou que na presença de outros competidores, os ciclistas desempenhavam tempos melhores do que quando pedalavam sozinhos¹⁵. Profissionais da Psicologia do esporte e do exercício estudam, identificam e compreendem teorias e técnicas psicológicas que podem ser aplicadas ao contexto do esporte e do exercício físico, tanto em nível individual – o atleta ou indivíduo praticante, como grupal – equipes esportivas ou de praticantes de atividade física¹⁶. Atuam tanto no alto rendimento, auxiliando todos os envolvidos a fazerem uso de princípios psicológicos para alcançar um nível ótimo de saúde mental, maximizar rendimento e otimizar a performance, quanto para a identificação de princípios e padrões de comportamentos de adultos e crianças participantes de atividades físicas¹⁷. Assim, pode-se dizer que o trabalho do psicólogo do esporte deve ser pautado em promover a saúde emocional, o bem-estar e na ampliação do desenvolvimento de habilidades psicológicas referentes à modalidade praticada.

Quanto aos campos de aplicação, como as definições acima indicam, a Psicologia do esporte encontra-se tanto no alto rendimento, com objetivo de otimizar performance, sem perder de vista a saúde mental do atleta, quanto no esporte escolar, nas práticas de tempo livre, na reabilitação, em projetos sociais e na iniciação esportiva¹⁸.

A Psicologia do esporte encontra cada vez mais portas abertas para sua atuação. Aqui, focaremos no trabalho com equipes competitivas por ser o alto rendimento o contexto em que mais se concentram psicólogos esportivos, inclusive nos esportes eletrônicos. Vale ressaltar que esta modalidade, bem como a atuação da Psicologia junto a ela não se limita ao alto rendimento, estando presente também nas práticas de tempo

livre, na iniciação esportiva, nos projetos sociais, na reabilitação, no ensino, na pesquisa e na transição de carreira^{8,19}.

A atuação do psicólogo nos *e-sports* é pautada na avaliação e no desenvolvimento psicológico, priorizando a saúde física e mental, os desafios, as metas, os objetivos e a resolução dos problemas que possam impactar no bem-estar e na performance dos jogadores⁸. Duas grandes bases compõem a execução do trabalho psicológico nesse contexto: a primeira refere-se à rotina do jogador, sua saúde biopsicossocial, a regulação do sono, a capacidade executiva da atenção e a resistência física e mental; já a segunda base está relacionada ao suporte técnico e às dificuldades do funcionamento da equipe dentro e fora do jogo⁸.

O primeiro passo do psicólogo em uma equipe de *e-sports* deve ser conhecer o jogo com que irá trabalhar e quais as capacidades físicas, cognitivas e emocionais serão exigidas, como também, seu conteúdo, suas regras e sua linguagem própria⁸. Além disso, intervenções como: uso do *biofeedback*, abordagens coletivas, acompanhamento de treinos e competições, um bom conhecimento dos adversários, avaliação das características que estruturam o time e um bom vínculo com a comissão técnica tornam-se pontos fundamentais para o desenvolvimento do trabalho psicológico^{8,19}.

Como observado, o cenário do *e-sports* segue em uma exponencial crescente no mundo como um todo, o que transforma completamente a cena. A evolução do cenário traz novas organizações, com novos modelos de gestão e exige um alto rendimento dos atletas e comissões técnicas no geral, o que abre espaço para debates e estudos na área, visando compreender melhor como funcionam e atuam os atletas, e como é possível melhorar seu rendimento, preocupando-se com sua saúde física e mental. No cenário brasileiro, esse crescimento também é ilustrado pela criação da Associação Brasileira de Psicologia dos Esportes Eletrônicos (ABRASPEE), fundada em 2021, com a missão de incentivar o crescimento da ciência e profissão do Psicólogo dos Esportes Eletrônicos¹⁹.

Considerando que a história dos *e-sports* é relativamente recente, principalmente se realizado um recorte nacional, e que a Psicologia tem feito parte dessa história, o presente estudo tem o objetivo de explorar a percepção de atletas de *e-sports* e psicólogos que atuam na modalidade sobre o trabalho da Psicologia nesse contexto. A partir dos resultados encontrados, pretende-se encontrar subsídios para compreensão das

perspectivas de atletas e psicólogos de equipes acerca da ação da psicologia no cenário de *e-sports*.

Método

Participantes

Participaram, desta pesquisa, 10 pessoas, sendo 5 psicólogos atuantes no cenário de *e-sports* e 5 atletas profissionais e semiprofissionais de *e-sports* que atuam ou já atuaram no cenário. Em relação aos psicólogos, 3 eram do sexo masculino e 2 do sexo feminino. A média de idade foi de 29,5 anos, sendo a menor idade 25 anos e a maior, 41 anos. No momento da pesquisa, os profissionais tinham uma média de atuação na psicologia de 4,4 anos e, destes, uma média de 3,2 anos atuando diretamente com *e-sports*. Além disso, os participantes informaram que atuam, em média, 4 dias na semana, por cerca de 2,6 horas diárias. Vale ressaltar que dos profissionais participantes, 2 relataram não estar atuando em nenhuma equipe no momento. Todos relataram receber remuneração adequada quando em atividade junto a uma equipe.

No que se refere aos atletas, todos são do sexo masculino, com idades variando entre 23 e 27 anos, sendo a média de 24,5 anos. A média de tempo de atuação nos *e-sports* era de 7,9 anos no momento da pesquisa, sendo o menor tempo 1 ano e meio, e o maior, 13 anos. Todos treinavam, no mínimo, 6 dias por semana. A média de tempo dedicada à modalidade por dia era de 9,6 horas, variando entre 6 e 14 horas. Do total de atletas, 4 relataram que são remunerados por sua equipe e 3 informaram que sua equipe possui acompanhamento psicológico.

Instrumentos

Como instrumentos de pesquisa, foram utilizados questionários elaborados pelos autores deste estudo, sendo um para coleta de dados dos atletas e outro para os psicólogos. Os questionários contaram com perguntas para caracterização dos participantes (e.g., como quanto tempo atuam na área do *e-sports*) e perguntas acerca da atuação profissional do psicólogo - para psicólogos e atletas. Cerca de 90% das perguntas eram abertas a fim de que os participantes pudessem indicar suas respostas livremente. O questionário também contou com algumas perguntas fechadas, como "você é remunerado no time que atua?" e "você é titular na sua equipe?".

Procedimentos

Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (Certificado de Apresentação para Apreciação Ética [CAAE] nº 60572622.9.0000.5235), foi elaborado um formulário *online*, contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os instrumentos desta pesquisa. Os convites para participação foram realizados individualmente através de mensagens privadas em contas de redes sociais (e.g., *Twitter* e *Instagram*) de profissionais que possuíam o perfil do público-alvo da pesquisa. Nesses convites, era apresentado o link que conduzia aos instrumentos da pesquisa.

Os instrumentos foram preenchidos quase que integralmente por escrito, de forma remota e assíncrona, com exceção de um atleta que se disponibilizou para realizar a entrevista via aplicativo de mensagens instantâneas. Neste caso, foram realizadas as mesmas perguntas do formulário, via troca de mensagens de áudio. Desta forma, o questionário foi aplicado no formato de entrevista semi-estruturada.

Análise dos dados

As respostas aos instrumentos foram transcritas e seu conteúdo foi analisado utilizando-se o *software Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires* (IRaMuTeQ). Este *software* tem como principal objetivo analisar a estrutura e a organização do discurso, possibilitando informar as relações entre os mundos lexicais que são mais frequentemente enunciados pelos participantes da pesquisa²⁰.

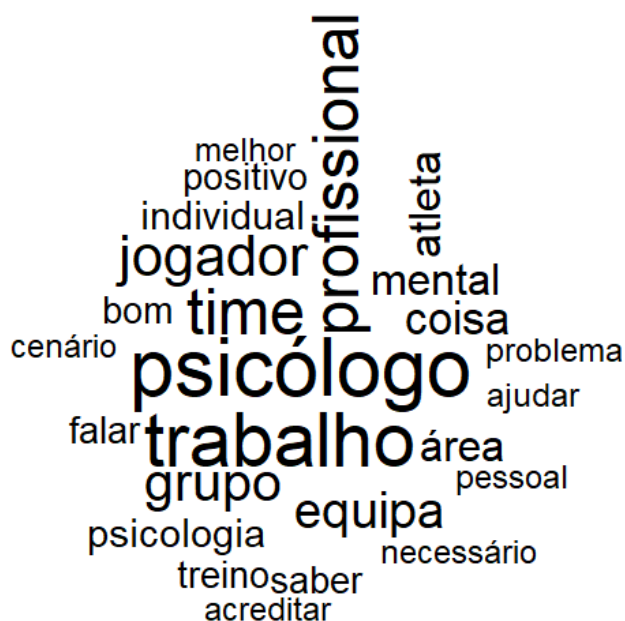
Foi utilizada a Nuvem de Palavras, a fim de agrupar as palavras e organizá-las graficamente em função da sua relevância, sendo as maiores aquelas que possuem maior frequência. Também foi realizada a Análise de Similitude, que possibilita identificar indicações da conexão entre as palavras, facilitando a compreensão do corpus textual analisado. Foi aplicada, ainda, a Classificação Hierárquica Descendente (CHD), para o reconhecimento do dendrograma com classes emergentes, onde quanto maior o χ^2 , mais associada está a palavra com a classe, e desconsiderando as palavras com $\chi^2 < 3,80$ ($p < 0,05$).

Resultados

O corpus textual foi constituído por 10 textos, separados em 72 segmentos de texto (ST), com aproveitamento de 54 ST (75%). Emergiram 2.542 ocorrências (palavras,

formas ou vocábulos), sendo 850 palavras distintas e 540 com uma única ocorrência. No que se refere à nuvem de palavras, verificou-se que as palavras mais evocadas foram: “psicólogo” (f= 21), “trabalho” (f= 19), “time” (f= 16), “profissional” (f= 16), “jogador” (f= 14), “grupo” (f= 13) e “equipe” (f= 12) (ver Figura 1).

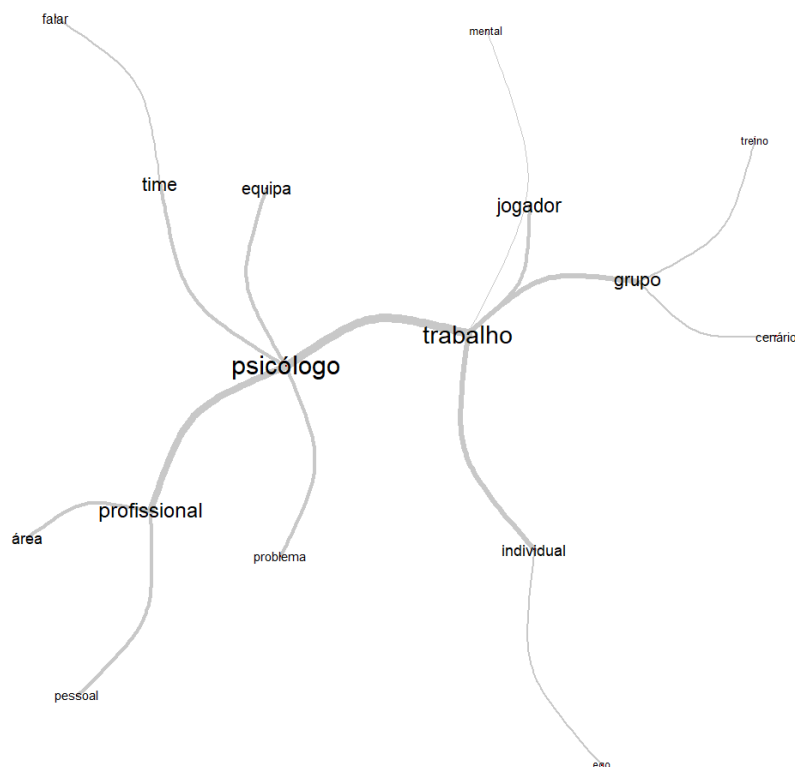
Figura 1 – Nuvem de Palavras.



Fonte: o autor.

Para melhor explorar os materiais coletados, foi realizada uma análise de similitude. Por meio da análise baseada na teoria dos grafos, é possível identificar as ocorrências textuais entre as palavras e as indicações da conexidade entre as palavras, auxiliando na identificação da estrutura do conteúdo de um *corpus* textual. Observa-se que há três palavras que se destacam nos discursos: ‘psicólogo’, ‘trabalho’ e ‘profissional’. Delas se ramificam outras palavras que sugerem significados mais detalhados (ver Figura 2).

Figura 2 – Análise de Similitude



Fonte: o autor.

Com relação a palavra em destaque ‘psicólogo’, há forte conexidade com as palavras ‘trabalho’, ‘profissional’, ‘equipe’, ‘time’ e ‘problema’. Pode-se compreender que essa conexão se dá em decorrência da visão que ambas as categorias têm quanto ao espaço ocupado pelo psicólogo no contexto do *e-sports*. Sendo um profissional que atua diretamente na resolução de problemas que podem ocorrer nas equipes, tanto no âmbito pessoal e individual de cada atleta, como no grupo.

A palavra ‘profissional’, por sua vez, apresentou conexidade com as palavras ‘pessoal’ e ‘área’. Ao analisar tais conexões, pode-se perceber que há uma ligação muito forte para os participantes de como a área profissional está entrelaçada com a área pessoal, em que uma afeta a outra diretamente e é importante que haja atenção quanto a essa questão.

Já a palavra ‘trabalho’ esteve conectada mais fortemente às palavras ‘grupo’, ‘individual’ e ‘jogador’. Esta conexão evidencia-se a importância do trabalho realizado tanto com o grupo de jogadores quanto com cada um individualmente. Para os atletas

caracteriza-se no fato de que por mais que sua modalidade seja de jogos em grupo, há sempre um trabalho individual a ser realizado para que possam melhorar sua técnica em prol da equipe. Em contrapartida, na visão dos psicólogos, existe a perspectiva de como a psicologia pode fornecer apoio para manejar as questões relacionadas à individualidade dos atletas e como essas habilidades podem ser encaixadas junto ao grupo.

Por fim, foi realizada a CHD. O conteúdo analisado foi categorizado em seis classes: Classe 1 – Interseções entre a vida pessoal e a vida profissional no esporte’, com 09 ST (16,67%); Classe 2 – ‘Autoestima e seus impactos na equipe’, com 07 ST (12,96%); Classe 3 – ‘Formas de atuação do psicólogo nos e-sports’, com 08 ST (14,81%); Classe 4 – ‘Qualificação profissional’, com 10 ST (18,52%); Classe 5 – ‘Focos da intervenção psicológica’, com 10 ST (18,52%); e Classe 6 – ‘A importância do trabalho psicológico’, com 10 ST (18,52%).

Classe 1 – Interseções entre a vida pessoal e a vida profissional no esporte

Compreende 16,67% ($f = 9$ ST) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 21,6$ (‘falar’) e $\chi^2 = 4,15$ (‘psicólogo’). Esta classe é composta por outras palavras como ‘melhor’ ($\chi^2 = 17,37$); ‘pessoal’ ($\chi^2 = 15,91$); ‘problema’ ($\chi^2 = 10,58$); ‘profissional’ ($\chi^2 = 9,82$); e ‘impactar’ ($\chi^2 = 5,72$). Traz conteúdos referentes à perspectiva dos participantes a respeito de como a vida pessoal interfere no desempenho profissional do atleta. Os participantes trouxeram suas percepções sobre como essas duas áreas conversam entre si e como são influenciadas pela psicologia como um todo.

Nesta classe, podemos observar o quanto o âmbito pessoal pode impactar negativamente no rendimento profissional dos atletas, levando a problemas de concentração, de regulação emocional e de autoconfiança. Também se nota a presença de divergências interpessoais com pessoas da própria equipe, o que demanda uma maturidade para trabalhar e colaborar com uma pessoa com quem o atleta tem ou já teve algum conflito.

Algumas falas destacadas são:

Eu acredito muito no que cada pessoa representa profissionalmente para outra. A partir do momento que o psicólogo é uma figura positiva, que te traz coisas positivas, que te ajuda a solucionar problemas e tomar melhores caminhos para sua vida pessoal e profissional (Atleta 05).

O âmbito pessoal impacta muito no profissional, pois são poucas as pessoas que conseguem separar, por exemplo: eu desgosto de você, mas quando formos trabalhar juntos, vamos dar o nosso melhor... isso é muito difícil (Atleta 05).

Classe 2 - Autoestima e seus impactos na equipe

Compreende 12,96% (f = 7 ST) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 37$ ('ego') e $\chi^2 = 5,25$ ('poder'). Esta classe é composta por outras palavras como 'individual' ($\chi^2 = 9,49$); 'acompanhamento' ($\chi^2 = 8,12$); e 'entender' ($\chi^2 = 8,12$). Esta classe traz conteúdos referentes à autoestima de atletas que podem impactar negativamente a equipe quando extremamente elevada. De acordo com os psicólogos entrevistados, a autoestima elevada é um fator comum em muitos atletas de *e-sports*. Ainda segundo estes profissionais, por vezes, aparentar autoestima elevada pode significar, na verdade, uma baixa autoconfiança. Certos atletas que se encaixam nesse perfil, geralmente possuem dificuldade em aceitar críticas e trabalhar em grupo.

Algumas falas destacadas são:

sem ser a de colocar um falso ego para esconder esses receios. Vai de jogador pra jogador, o acompanhamento individual para entender de onde está vindo essas inseguranças é o principal de tudo (Psicólogo 04).

Normalmente, atletas com ego mais inflados são os que apresentam dificuldade em ter noção de grupo. Por isso a psicoeducação e o trabalho de coesão são algumas das estratégias (Psicólogo 05).

Classe 3 - Formas de atuação do psicólogo nos e-sports

Compreende 14,81% (f = 8 ST) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 18,26$ ('auxiliar') e $\chi^2 = 4,24$ ('querer'). Outras palavras pertencentes a esta classe são 'trabalho' ($\chi^2 = 10,44$); 'grupo' ($\chi^2 = 10,28$); 'jogo' ($\chi^2 = 6,77$); e 'estudo' ($\chi^2 = 4,24$). Esta classe traz conteúdos referentes à percepção dos atletas e psicólogos acerca das possibilidades de atuação do psicólogo esportivo, ora voltadas às questões de equipe, ora às questões individuais. O trabalho individual do psicólogo é focado em desenvolver autoconfiança, resiliência, concentração, dentre outros. Trata-se de trabalhar questões psicológicas de cada atleta individualmente para obter um impacto positivo em seu rendimento esportivo.

Já o trabalho em grupo é mais direcionado a desenvolver habilidades interpessoais para melhorar a dinâmica da equipe. O psicólogo atua avaliando e intervindo em questões

como coesão, comunicação e resolução de conflitos. Considerando que os atletas costumam passar muito tempo juntos e chegam a coabitar *gaming houses*, a importância deste trabalho em grupo destaca-se na fala dos participantes.

Algumas falas destacadas são:

Na época da *Redemption* quando fui semifinalista do CBLLoL eu tinha um acompanhamento tanto em grupo quanto individual e me auxiliava muito dentro e fora de jogo. Sempre tive excelentes relações com meus psicólogos e nunca fui resistente ao trabalho dos mesmos [...] organização do grupo colocar geral dentro da mesma página (Atleta 03).

para isso é preciso um autoconhecimento a respeito das suas dificuldades, estabelecimento do que é prioridade e planejamento das estratégias a serem utilizadas [...] são atletas que sempre jogaram como lazer e agora encontram a possibilidade de trabalho. Por isso costumam ser engajados a fazer acontecer (Psicólogo 05).

Classe 4 - Qualificação profissional

Compreende 18,52% (f = 10 ST) do *corpus* total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 24,07$ ('cenário') e $\chi^2 = 4,81$ ('estar'). Outras palavras pertencentes a esta classe são 'novo' ($\chi^2 = 19,01$); 'começar' ($\chi^2 = 19,01$); 'psicologia' ($\chi^2 = 14,92$); 'estudar' ($\chi^2 = 13,98$); 'formar' ($\chi^2 = 4,88$); e 'possibilidade' ($\chi^2 = 4,88$). Esta classe traz conteúdos referentes à entrada dos psicólogos no cenário competitivo de *e-sports*. Por tratar-se de um cenário relativamente novo, é também recente a entrada de psicólogos, apresentando algumas especificidades no que se refere à qualificação profissional especializada. A maioria dos psicólogos relatou ter se qualificado através de cursos de extensão voltados para a atuação na área. Também houve relatos de busca por qualificação de forma autônoma, como estudos individuais e organização de grupos de estudos.

Algumas falas destacadas são:

Vi ali uma oportunidade de trabalho e busquei estudar o cenário e como a psicologia atuava nele. Montei então um grupo de estudos com um colega e assim comecei a me inserir mais nos *e-sports* e buscar equipes para ofertar meu trabalho (Psicólogo 05).

Descobri na pandemia um curso e logo depois me inscrevi pra alguns times para poder atuar com eles. Estudei muito [...] a área é nova então tem muitas pontas em abertos como a questão da consequência a longo prazo do uso de energéticos (Psicólogo 04).

Classe 5 - Focos da intervenção psicológica

Compreende 18,52% ($f = 10$ ST) do *corpus* total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 29,7$ ('treino') e $\chi^2 = 4,88$ ('relação'). Esta classe é composta por outras palavras como 'mental' ($\chi^2 = 10,37$); 'competição' ($\chi^2 = 9,13$); 'emocional' ($\chi^2 = 9,13$); 'autoconhecimento' ($\chi^2 = 4,88$); e 'motivação' ($\chi^2 = 4,88$). Nesta classe, as falas se voltaram para os focos específicos de intervenção do psicólogo, envolvendo, por exemplo, coesão grupal, regulação emocional, resiliência, atenção, motivação e tomada de decisão. Também é mencionada a relevância de trabalhar diretamente questões relacionadas ao sono e ao descanso. Novamente, destaca-se a necessidade de trabalhar tais questões tanto individualmente, como em grupo. Aparece ainda a importância de incluir a equipe técnica no trabalho psicológico.

Algumas falas destacadas são:

[...] buscando condições que permitam aos atletas estarem da melhor maneira possível nos momentos de treino: comunicação, relações interpessoais [...] observo durante treinos competições e conversas casuais, trazendo para conversas e discussões situações importantes que emergem para um atleta ou grupo (Psicólogo 02).

[...] tomada de decisão, regulação emocional, resiliência e o desenvolvimento das funções cognitivas, diagnosticando e aprimorando o conhecimento dos perfis de cada *player* equipe dentro e fora do jogo. Assim como também mensurando o desempenho e estado mental nos treinos e competições (Psicólogo 03).

Fazendo psicoeducação sobre a importância do descanso e o que acontece caso ele chegue ao limite mental. Principalmente atletas de esporte eletrônico tem uma tendência a não perceber esse cansaço mental (Psicólogo 04).

Classe 6 - A importância do trabalho psicológico

Compreende 14,81% ($f = 8$ ST) do *corpus* total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $\chi^2 = 24,24$ ('impacto') e $\chi^2 = 4,43$ ('saber'). Outras palavras pertencentes a esta classe são 'time' ($\chi^2 = 9,82$); 'âmbito' ($\chi^2 = 4,88$); e 'trabalhar' ($\chi^2 = 4,81$). O conteúdo dessa classe abordou o impacto positivo que a psicologia exerce nos atletas. Há um predomínio de respostas fornecidas por atletas, que revelam a percepção destes acerca da importância de ter um psicólogo atuante na equipe. As falas

indicam o trabalho do psicólogo junto às demandas psicológicas que vão surgindo à medida que o time vai se adaptando às rotinas de treinos e aos campeonatos.

Algumas falas destacadas são:

A presença dele [psicólogo] tinha um impacto muito positivo pra mim e para as outras pessoas [...] precisamos muito dele (Atleta 05).

Acredito que o impacto da psicologia é constante, pois ela ajuda de maneira geral o psicológico dos atletas [...] positiva acredito que existe um impacto positivo em todos os âmbitos (Atleta 01).

Nos times que trabalhei, o foco era o mais recorrente. acho que a inteligência emocional é a que mais se destaca por influenciar as outras habilidades como a manutenção do foco, controle da ansiedade, entre outros (Atleta 04)

Discussão

O presente trabalho teve por objetivo explorar a percepção de atletas de *e-sports* e psicólogos que atuam na modalidade sobre o trabalho da Psicologia nesse contexto. Para isso, foram elaborados questionários que foram respondidos por profissionais de ambas as categorias. Foi, então, conduzida uma análise de conteúdo das respostas com auxílio do *software* IraMuTeQ.

Todas as análises (i.e., nuvem de palavras, análise de similitude e CHD) indicaram a indissociabilidade entre o trabalho do psicólogo nos *e-sports* e as avaliações e intervenções grupais. O destaque dado ao grupo esportivo evidencia que as dinâmicas coletivas e as interações interpessoais interferem não só no desempenho da equipe, mas também no bem-estar individual^{8,16}. O psicólogo, ao entender as particularidades de um grupo, é capaz de moldar suas intervenções para atender às necessidades da equipe, criando assim um ambiente que favorece a colaboração. Essa relação próxima entre a atuação psicológica e o trabalho em equipe não apenas contribui para o crescimento pessoal de cada membro, mas também aumenta a eficácia das estratégias de enfrentamento e resolução de conflitos. Isso ressalta a relevância de uma abordagem integrada, essencial para promover o bem-estar psicológico em contextos coletivos¹⁸.

Para além de ser um esporte coletivo, os *e-sports* incluem uma importante característica que são os períodos de convivência nas *gaming houses*. Ou seja, além dos treinos, os jogadores coabitam uma mesma casa por um período considerável de tempo,

o que pode ocasionar conflitos interpessoais^{8,16}. Este fato pode explicar o destaque dado a palavras como grupo e equipe em todas as análises realizadas por este estudo.

A intervenção em nível individual também aparece nas respostas, sendo evidenciada pela análise de similitude e, principalmente, pelas classe3 (‘Formas de atuação do psicólogo nos *e-sports*’) e 5 (‘Focos da intervenção psicológica’) da CHD. Isso indica que, além das dinâmicas coletivas, a atuação do psicólogo é fundamental para abordar as necessidades específicas de cada atleta, proporcionando suporte personalizado que pode melhorar tanto o desempenho quanto o bem-estar emocional^{1,18}. Demonstra-se nestes resultados a necessidade de direcionar a atuação do psicólogo não só à dimensão social (e.g., comunicação, cooperação e liderança), mas também às dimensões emocional (e.g., motivação e regulação emocional), cognitiva (e.g., atenção e tomada de decisão), e psicofisiológica (e.g., sono e descanso) do atleta¹⁹. Essa perspectiva é essencial para entender como o psicólogo pode intervir de forma eficaz, ajudando os atletas a desenvolverem habilidades de enfrentamento e a lidarem com as pressões do ambiente competitivo dos *e-sports*.

Nessa esteira, houve relatos sobre possíveis efeitos adversos de uma autoestima excessivamente elevada (chamada de ‘ego’) por parte de alguns atletas. Embora a autoconfiança seja geralmente considerada um fator positivo para o desempenho, uma autoestima desmedida pode levar à complacência, à subestimação dos adversários e à resistência em aceitar *feedback*.

Segundo Rubio²¹, na relação entre o ego e o desempenho de papéis sociais, muitas vezes o atleta se vê identificado apenas com a figura espetacular sugerida pela condição de esportista – aquele que é capaz de realizar grandes feitos. Essa identificação pode criar uma pressão intensa para corresponder às expectativas elevadas, levando a uma dissociação entre a persona pública e as vivências pessoais do atleta. Portanto, é essencial promover um entendimento mais amplo da identidade do atleta, valorizando não apenas suas conquistas, mas também suas vulnerabilidades e experiências como indivíduos fora do contexto esportivo. Alguns psicólogos participantes do estudo indicaram a possibilidade de o aparente excesso de autoestima ser, na realidade, um subterfúgio para esconder sua falta.

Cabe registrar também a presença de falas relacionadas a como eventos que ocorrem na vida pessoal (i.e., fora do contexto profissional) podem influenciar no

desempenho esportivo. Tal resultado nos remete ao fato de que para além de atletas, aqueles sujeitos são seres biopsicossociais e, por isso, faz-se necessária uma abordagem holística na atuação psicológica, considerando que desafios de ordem pessoal, familiar, existencial e/ou social, podem interferir na concentração, motivação e resiliência dos mesmos¹⁸. Isso permite que os psicólogos apoiem os jogadores não apenas em suas habilidades técnicas, mas também em sua saúde emocional, contribuindo para um desempenho mais consistente e satisfatório, além de maior bem-estar¹⁹.

Embora menos citada, a atuação do psicólogo junto à equipe técnica apareceu na fala dos participantes. Esse registro encontra eco na literatura psicológica. Cintra¹⁹ ressalta a importância do trabalho transdisciplinar no sentido de somar forças com demais profissionais que compõe aquela equipe. Isso requer que cada profissional desenvolva o trabalho no qual é especializado, mas também que haja uma constante troca entre os diferentes profissionais a fim de, em conjunto, auxiliarem os atletas de forma integral. Além disso, pode ser necessário que o psicólogo intervenha diretamente com o técnico (ou com a comissão técnica), especialmente se identificar dificuldades ou conflitos relacionados à sua atuação²². Sobre este ponto vale ressaltar que no contexto dos *e-sports* é comum que os técnicos tenham idade semelhante à dos jogadores por ele comandados, o que pode gerar dificuldade na gestão dos conflitos⁸.

Ressalta-se a alta demanda por qualificação profissional confrontada com a baixa oferta especializada. Os psicólogos apontaram a escassez de cursos específicos de capacitação para trabalhar com os *e-sports*, precisando recorrer a qualificação autônoma, muitas das vezes. Estes relatos podem ser melhor compreendidos se considerarmos que a atuação da psicologia do esporte junto aos *e-sports* ainda carece de maior desenvolvimento⁶. Por ser um fenômeno recente, ainda é uma área de conhecimento novo com potencial de desenvolvimento¹⁹.

Por fim, foi exposto o impacto positivo que o trabalho do psicólogo tem sobre a vida e o desempenho dos atletas, ratificando seu lugar como integrante fundamental nas equipes esportivas. Embora ainda possa existir desconhecimento e resistência quanto à presença do psicólogo no esporte, a condução de um trabalho ético e cuidadoso junto aos atletas e à comissão técnica pode facilitar a desconstrução de preconceitos²², como pode ser observado nos resultados apresentados.

Considerações finais

O presente estudo apresenta algumas limitações a serem consideradas. Em primeiro lugar, não foi possível contar com um número maior de participantes por conflitos de agenda, visto que quando este trabalho estava sendo elaborado, muitos atletas estavam disputando campeonatos por suas equipes. Desta forma, as análises também foram afetadas. Não foi possível realizar análise de especificidades a fim de comparar a perspectiva de atletas e psicólogos. Outra limitação importante é a presença exclusiva de atletas do sexo masculino, inviabilizando a identificação da perspectiva de atletas do sexo feminino quanto à presença do psicólogo. O método utilizado para a coleta (i.e., questionários cujas respostas eram fornecidas por escrito) também pode ter limitado a quantidade de informação levantada. Os resultados precisam ser considerados de acordo com essas limitações.

Apesar dessas limitações, entendemos que a presente pesquisa apresenta um caráter inovador ao explorar a presença da psicologia nos *e-sports* através da perspectiva de atletas e psicólogos. Seus resultados podem colaborar na construção de novos estudos sobre o tema e no fomento de novos dispositivos de qualificação profissional.

Referências

- 1 Tiedemann C. Sport (and culture of physical motion) for historians, an approach to precise the central term(s). Lecture held at the IX. International CESH-Congress, 25. Sept. 2004 in Crotone (Italy)
- 2 Rubio K. Do olimpo ao pós-olimpismo: elementos para uma reflexão sobre o esporte atual. *Rev paul Educ Fis*. 2002;16:130–143.
- 3 Salvany MV, Sampaio SM. História do e-sport: como jogos eletrônicos se tornam esporte (citado 12 abr 2025). 2021. Disponível em <https://www.administradores.com.br/artigos/historia-do-e-sport-como-jogos-eletronicos-se-tornam-esporte>.
- 4 Macedo T, Falcão T. E-Sports, herdeiros de uma tradição. *IT* 2019;246–267.
- 5 Camilo JAO, Rabelo IS. Precariedade e invisibilidade do trabalho dos atletas de alto-rendimento. In: Rubio K, Camilo, JAO (eds). *Psicologia Social do Esporte*. São Paulo: Laços; 2018. p. 105–120.
- 6 Zakalski N, Fortim I, Grannier J. Introdução. In: Zakalski N, Fortim I, Grannier J. (eds) *Psicologia dos esportes eletrônicos: teoria e prática*. São Paulo: Senac; 2024. p. 8–13.
- 7 Anastácio BS, Savonitti GA, Oliveira MA, et al. E-sports and Olympic Games: a journalistic criticism. *Olimpianos-Journal of Olympic Studies*. 2023;7:16–29.
- 8 Godoi C. Introdução à psicologia dos esportes eletrônicos: contexto geral. In: Zakalski N, Fortim I, Grannier J (eds). *Psicologia dos esportes eletrônicos: teoria e prática*. São Paulo: Senac; 2024. p. 14–23.

- 9 Leal L, Machado R. E-sports e esporte: Aproximações entre a cultura corporal de movimento virtual e os cyber megaeventos. *Olimpianos-Journal of Olympic Studies*. 2019;3:1–14.
- 10 Hemphill D. Cybersport. *Journal of the Philosophy of Sport*. 2005;32:195–207.
- 11 Jonasson K, Thiborg J. Electronic sport and its impact on future sport. *Sport in Society*. 2010;13:287–299.
- 12 Besombes N. Les jeux vidéo compétitifs au prisme des jeux sportifs: du sport au sport électronique. *Sciences du jeu*. 2016;5:1-20. DOI: 10.4000/sdj.612.
- 13 Borsato M, Brasil MR, Mattes VV, et al. Aspectos sobre a esportivização, mercantilização e espetacularização dos jogos eletrônicos. *Pensar a Prática*. 2020;23:1-23. DOI: 10.5216/rpp.v23.57704.
- 14 Silva FS da. Projetos sociais em discussão na psicologia do esporte. *Rev bras psicol esporte*. 2007;1:1–12.
- 15 Rose Junior DD. History and evolution of sport psychology. *Rev paul educ fís*. 1992; 6:73.
- 16 Grannier J, Zakalski N. Atendimentos em grupo e intervenções grupais. In: Zakalski N, Fortim I, Grannier J (eds). *Psicologia dos esportes eletrônicos: teoria e prática*. São Paulo: Senac; 2024. p. 88–103.
- 17 Conselho Federal de Psicologia. Resolução Nº 23/2022. Institui condições para concessão e registro de psicóloga e psicólogo especialistas; reconhece as especialidades da Psicologia e revoga as Resoluções CFP nº 13, de 14 de setembro de 2007; nº 3, de 5 de fevereiro de 2016; nº 18, de 5 de setembro de 2019 [citado 12 abr 2025]. 2022.
- 18 Rubio K. Da psicologia do esporte que temos à psicologia do esporte que queremos. *Rev bras psicol esporte*. 2007;1:1–13.
- 19 Cintra Y. Metodologia de trabalho: atuação e método. In: Zakalski N, Fortim I, Grannier J (eds) *Psicologia dos esportes eletrônicos: teoria e prática*. São Paulo: Senac; 2024. p. 24–35.
- 20 Camargo BV, Justo AM. IRAMUTEQ: Um software gratuito para análise de dados textuais. *Temas Psicol*. 2013;21:513–518.
- 21 Rubio K. O Atleta e o mito do herói: o imaginário esportivo contemporâneo. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.
- 22 Grannier J. Relacionamento com a comissão técnica. In: Zakalski N, Fortim I, Grannier J (eds) *Psicologia dos esportes eletrônicos: teoria e prática*. São Paulo: Senac; 2024. p. 105–116.