

PSICOLOGIA DO ESPORTE NOS E-SPORTS

Dr. João Ricardo Cozac

Psicólogo CRP 46314/06

07/11/2019

Ciência em foco:

Psicologia do Esporte

- Antes do atleta, há o ser humano.
- A Psicologia Esportiva atua em ambas as esferas.
- Treinamento para alto rendimento esportivo e orientação psicológica.



Esportes eletrônicos – características da população



Praticantes entre 11 e 28 anos: pré-adolescentes, adolescentes e adultos jovens



Períodos de transição importantes no desenvolvimento psicossocial e afetivo



Preconceito familiar e social :
“estigma do jovem improdutivo,
preguiçoso e com dificuldade de
socialização reforçado pelo senso
comum da mídia” (Kendell, 2011)

E-Sports e Esportes clássicos: Similaridades na preparação esportiva



Preparação psicológica com utilização de moderna tecnologia de preparação psicológica para controle de ansiedade, gerenciamento do foco, atenção e concentração;



Regime de treinamento, concentração e competições;



Preparação física e fisioterapêutica;



Cuidados nutricionais;



Orientações táticas e técnicas;



Alta visibilidade e crescente aumento de praticantes.

Benefícios psicológicos da regulamentação dos Esportes eletrônicos



Legitimidade
na ação e prática
esportiva X



Diminuição
da prática informal
e do preconceito
social;



Professionalização nos
cuidados de saúde
física e psíquica
associada à
preparação esportiva
dos jovens
praticantes;



Maior apoio de
pais ou
responsáveis para
a prática dos
esportes
eletrônicos;