

A opção pelo triatlo como uma prioridade de vida: um estudo fenomenológico¹

Erika Höfling Epiphanyo²

Mauro Martins AmatuZZi³

O presente trabalho teve por objetivo descrever a estrutura de escolha pelo esporte como uma prioridade de vida em triatletas, dentro de um enfoque fenomenológico. Os sujeitos desta pesquisa foram quatro triatletas: dois homens, duas mulheres. Todos os sujeitos passaram por uma entrevista inicial para a coleta de depoimentos sobre a vivência de priorização pelo triatlo. A análise das entrevistas seguiu a metodologia proposta por GIORGI (1985), que se dá em quatro passos, porém, foram acrescentados alguns passos de confirmação dos resultados com o próprio sujeito. 1-leitura total do depoimento; 2-divisão em unidades de significado; 3-transformação em compreensão do pesquisador; 4-síntese específica; 5-entrevista com o sujeito para confirmação dos dados; 6-comparação das sínteses; 7-síntese geral. Após a análise dos resultados, percebeu-se que a escolha pelo triatlo seguiu uma estrutura específica. O triatleta inicia sua prática esportiva na infância sofrendo influência da família; em uma fase da vida começa a ter novos interesses, que competem com o interesse esportivo. Neste momento, o atleta abandona temporariamente a prática esportiva. Em seguida, retoma esta prática, por sentir falta dos prazeres proporcionados pelo esporte. A manutenção do esporte é estimulada pelos prazeres, mas é geradora de conflitos. Esta pesquisa mostrou que o estudo do esporte é muito rico, não apenas para a área esportiva como para a psicologia em geral, sendo que com o presente estudo muitas curiosidades científicas surgiram para serem trabalhadas posteriormente.

Palavras chave: Psicologia fenomenológica, esporte, escolha, triatlo.

Abstract

The option of triathlon as a priority of life: a phenomenologic study

The objective of this research is to describe the living experience of electing sport as a priority among triathletes, from a phenomenologic focus. The subjects of this research were four triathletes: two men and two women. All these individuals went through a preliminary interview to collect data regarding their living experience of giving priority to the triathlon. The analysis of these interviews was according to the methodology proposed by GIORGI (1985), and was conducted in four steps. However, there was the addition of some other steps to confirm the results with the athletes individually. 1 - the total reading of statements; 2 - the division into units of meaning; 3 - the transformation into the researcher comprehension; 4 - specific synthesis; 5 - individual interview to confirm data; 6 - comparison of the synthesis; 7 - overall synthesis. After analysing the results, it was noticed that the choice for triathlon followed a specific form. The triathlete starts practicing the sport at an early age, under family influence; at a certain phase of life, they start to have new interests which compete with the interest for sports. At this moment the athlete temporarily abandons the practice of sports. Soon after this the individual returns to this activity practice because he feels the need of pleasure which is provided by practicing a sport. This is stimulated by pleasure, but also generates conflicts. This research showed that the study of sports is very rich not only for the sport area, but as well as for psychology in general. This study brought to light about several scientific curiosities which justify further research.

Key words: Phenomenological psychology, sport, election, triathlon.

1. Trabalho baseado na dissertação de mestrado de mesmo título, desenvolvida na PUCCAMP, com apoio financeiro do CNPq.

2. Mestre em Psicologia Clínica pela PUCCAMP.

Endereço para correspondência: Rua P3, nº 1448, CEP 13506-850, Rio Claro, SP, E-mail: balikian@claretianas.com.br

3. Docente no curso de Pós-Graduação em Psicologia Clínica da PUCCAMP.

Introdução

O presente trabalho teve por objetivo descrever a estrutura da escolha pelo esporte como uma prioridade de vida para triatletas, dentro de um enfoque fenomenológico clínico.

Foi escolhido o triatlo como a modalidade de estudo neste trabalho, devido às suas particularidades. No triatlo, por ser um esporte de grande dificuldade, seus praticantes são extremamente determinados. No que diz respeito às competições, o maior desafio do triatleta é completar o percurso da prova, almejando sempre a superação de seus próprios limites. Na realidade, o triatleta estabelece uma competição muito mais consigo mesmo do que com o outro.

O triatlo é um esporte que vem se desenvolvendo muito nos últimos anos. Ele é conhecido como o esporte de mulheres e homens de aço, por ser um esporte de resistência, que exige muito preparo físico. Segundo TOWN (1988, p.13), “o triatlo tem sido considerado um dos mais extenuantes desafios criados pelo homem, para testar não apenas os limites das capacidades físicas do ser humano, mas também os extremos de sua resistência mental”. É importante observar que ao estudar triatletas, estamos estudando seres humanos que vivem no limite de suas capacidades, e isto pode nos fornecer importantes dados para a compreensão do funcionamento do psiquismo humano.

A palavra triatlo origina-se do grego *triathlon*. *Athlon* significa combate, logo, três combates. O triatlo consiste no domínio, ou combate, como diz sua origem, de três modalidades esportivas: natação, ciclismo e corrida, sendo uma seguida da outra, exigindo grande versatilidade do atleta.

As competições de triatlo acontecem nas seguintes distâncias: *short* 750 metros, 20 km e 5 km; olímpico 1,5 km, 40 km e 10 km; meio *iron man* 1,9 km, 90 km e 21 km; *iron man*

(prova que deu origem ao triatlo) 3,80 km, 180 km e 42, 195 km, sendo estas distâncias para natação, ciclismo e corrida, respectivamente.

Quando se trata de atletas competidores, fala-se de esportistas que estão dispostos “voluntariamente” a empregar, durante anos, todas as forças físicas e mentais disponíveis, para alcançar um determinado objetivo. Como menciona THOMAS (1983), “o supérfluo mais lindo do mundo”. A pessoa, ao optar por tornar-se um atleta, está optando por uma vida regrada, sujeita a muitas frustrações, até alcançar uma vitória, isto se alcançar. Ela está optando por deixar de lado muitos prazeres da vida, pelo prazer que o esporte lhe proporciona.

O método fenomenológico, por se desenvolver como uma análise do vivido, mostrou ser um caminho pertinente para alcançar o conhecimento da psicologia do triatleta. Como menciona FORGHIERI (1993, p.59), o método fenomenológico pretende “captar o sentido ou significado da vivência para a pessoa em determinadas situações, por ela experienciadas em seu existir cotidiano”.

Este trabalho preocupa-se com a escolha do esporte como uma prioridade de vida. A prioridade seria algo de grande importância, que se encontra em posição de destaque na vida do indivíduo. O esporte como prioridade diferencia-se da prática esportiva descompromissada, sendo que nesta não ocorre uma dedicação intensa, e nem há um compromisso pessoal com os resultados alcançados.

A escolha acontece quando existem várias possibilidades, e o indivíduo tem que optar por uma. A escolha é um ato de coragem, que “...quando tenho coragem para enfrentar a angústia da insegurança e faço escolhas, agindo para concretizá-las, conseguindo fazê-lo de modo satisfatório, vivencio uma agradável tranquilidade que surge como uma repousante pausa, na minha luta para dar conta de minha

própria existência. As minhas realizações ampliam a visualização de minhas possibilidades e estas estimulam-me para novas escolhas que procuro concretizar, e assim prossigo o curso de minha existência”, porém, quando a escolha não é bem-sucedida, há o sentimento de culpa, mas “a culpa é inerente ao próprio existir humano, pois nunca encontramos condições de realizar todas as nossas possibilidades” (FORGHIERI, 1993, p. 50 e 51).

A possibilidade de escolha é uma potencialidade da experiência humana. Escolher pode gerar dúvidas, mas faz parte da liberdade do existir. No ato da escolha está contida a impotência do ser humano, bem como sua limitação, indicando que não há possibilidade para todas as realizações. Em uma escolha está implícito abrir mão de potencialidades. “Podemos, pois, considerar que a liberdade é tanto maior, quanto mais ampla for a abertura do ser humano à percepção e compreensão de sua vivência no mundo” (FORGHIERI, 1993, p.47).

Quando ocorre uma escolha, há a necessidade de uma abertura à compreensão da própria vivência, bem como a dos outros, o que exige responsabilidade para se assumir o risco da imprevisibilidade das conseqüências e das decisões. No ato da escolha, o indivíduo relaciona suas vivências passadas com a atual, com o imprevisível do futuro. Este não deixa de ser um movimento de autoconhecimento, bem como de conhecimento do mundo.

Método

Sujeitos

Foram entrevistados quatro triatletas, sendo três amadores e um profissional, dentre os quais dois são homens e duas são mulheres. Todos praticam triatlo há pelo menos seis meses e têm esta prática como uma prioridade de vida.

Ambiente e material

Os depoimentos foram colhidos em locais com o mínimo de interferência externa possível. O local variou, em função da localidade de residência dos sujeitos.

Os materiais utilizados foram gravador e fitas cassetes.

Procedimento

Em um primeiro encontro foi colhido o depoimento sobre sua opção pelo esporte como uma prioridade em sua vida. A entrevista foi conduzida baseada na seguinte pergunta mobilizadora “conte-me da maneira, mais completa possível, como foi sua opção pelo esporte como uma prioridade em sua vida”. As entrevistas foram abertas, sendo que as intervenções do pesquisador foram para manter o sujeito no relato de sua vivência. O depoimento foi gravado, mediante o consentimento dos sujeitos.

Após a análise da entrevista, outro encontro foi marcado para esclarecimento de pontos que não ficaram muito claros, e para que os sujeitos pudessem validar o resultado da análise.

Cada coleta com um novo sujeito foi realizada após a análise do último entrevistado, com o objetivo de atingir o critério de saturação. Como menciona FINI (1995, p. 29), sobre a saturação “...a partir de um certo número de sujeitos as descrições tendem a evocar significados percebidos como equivalentes pelo pesquisador e só ele — o pesquisador — ao olhar atentamente as descrições obtidas é que se declara satisfeito, considera que é suficiente, pelo menos por enquanto, os conhecimentos obtidos, pois estes permitem que o fenômeno se mostre por ele, numa ou mais perspectivas, mas não em todas”.

Análise dos dados

A análise dos depoimentos foi dividida em dois momentos. O primeiro momento foi o

de composição do depoimento, e o segundo, o de análise fenomenológica da vivência.

Composição do depoimento

O conteúdo gravado foi transcrito literalmente.

Com o depoimento transcrito, foi feita sua textualização. A textualização "... é um estágio mais graduado na feitura de um texto de estória oral. Consta desta tarefa a reorganização do discurso, obedecendo à estruturação requerida para um texto escrito... Faz parte do momento da textualização, a rearticulação da entrevista de maneira a fazê-la compreensível, literariamente agradável. Nesta fase anula-se a voz do entrevistador e passa-se à supressão das perguntas e sua incorporação no discurso do depoente" (MEIHY, 1991, p. 30). Com a pontuação, o texto ganha movimento.

Análise fenomenológica dos depoimentos

A análise fenomenológica seguiu a metodologia apresentada por GIORGI (1985), porém, houve a introdução de momentos de validação com o próprio sujeito, como será descrito a seguir:

O trabalho de análise baseou-se nos depoimentos textualizados.

Leitura de todo o depoimento. Este passo tem por objetivo fornecer uma idéia geral do sentido do todo, e de entrar em contato com a linguagem do sujeito. Esta leitura foi feita o número de vezes que se fez necessário para que o pesquisador tivesse uma compreensão global do depoimento. Neste momento, algumas impressões gerais foram assinaladas.

Divisão em unidades de significado. O pesquisador volta ao início do texto, destacando as unidades, dentro do objetivo da pesquisa. Esta fase da análise é subjetiva, no sentido que o pesquisador irá, sensitivamente, perceber os momentos em que ocorreu uma mudança no

sentido do relato, no que diz respeito ao tema estudado. O equivalente gramatical, aproximado, da unidade de significado é o parágrafo.

Transformação da linguagem cotidiana do sujeito na linguagem que expresse a compreensão do pesquisador, enfatizando o fenômeno estudado. Neste momento, o pesquisador vai elucidar elementos da vivência de priorização do esporte, contido em cada unidade de significado.

Síntese específica. Foi realizada uma síntese do que vem a ser o fenômeno em questão para cada sujeito.

Nova entrevista com o sujeito, para que este, em contato com a síntese específica, pudesse discuti-la e modificá-la, se necessário. Este encontro foi marcado por telefone e não foi gravado. O texto inicial foi apresentado ao sujeito, para que ele entrasse em contato e com isto pudesse apresentar pontos de discordância. Estes foram discutidos e modificados, quando necessário. A seguir foram apresentadas novas questões formuladas com base na análise da primeira entrevista, para aprofundar o conteúdo do primeiro relato. Os novos dados foram incorporados na síntese inicial de cada sujeito. Este passo proporcionou uma confirmação dos resultados com o próprio sujeito.

Comparação das sínteses específicas. Neste passo, o pesquisador, por meio das sínteses específicas já confirmadas com o sujeito, pôde fazer uma análise de variantes e in-variantes encontradas nos depoimentos. Esta comparação foi realizada após a síntese específica de cada novo depoimento. A coleta de um próximo depoimento efetuou-se após a realização deste passo. Este procedimento foi efetuado até o momento em que não se percebeu o acréscimo de dados significativos para a compreensão dos aspectos analisados do fenômeno, ou seja, até atingir o critério de saturação. Foi com estas sínteses intermediárias que surgiram

as categorias que serviram como estrutura básica para a síntese geral.

Síntese geral. Quando foi atingido o critério de saturação que, segundo MUCCHIELLI (1991), é o fenômeno que ocorre após um certo número de dados coletados, quando novos dados deixam de apresentar algo de novo para a compreensão obtida, entrando-se em um momento de repetição, é que temos então a síntese geral dos dados, que é o resultado da pesquisa.

Síntese geral

O estudo realizado, baseado nos relatos dos atletas estudados, mostrou que a prioridade pelo esporte não é uma opção imediata e simples. Ela se dá através de fases específicas, que serão analisadas a seguir.

1. A família exerceu grande influência na introdução do atleta no esporte. Embora todos os atletas estudados tivessem vivenciado esta influência, há variações importantes a serem salientadas.

Maria iniciou quando criança, numa época em que não se tem liberdade de escolha. Com isto, sua iniciação esportiva foi induzida pelos pais.

Joana e João foram incentivados pelos pais. Tiveram este início como uma escolha própria, porém, apoiada pelos pais. André também teve o apoio familiar, mas sua iniciação esportiva teve o sentido de buscar conhecer as atividades do irmão, já que sempre houve uma distância afetiva entre eles, e esta foi uma forma de conhecer o irmão e, conseqüentemente, acabou conhecendo o esporte.

Esta primeira fase no esporte foi marcada por uma diversificação de modalidades praticadas por André e João. Maria e Joana iniciaram especificamente com a natação.

2. Maria, recém-ingressa no esporte, já sentia grande envolvimento com competições e

resultados. Este fato pode ter ocorrido em função da influência dos pais, que já tinham a experiência de ser pais de atletas.

Joana e João não demoraram muito para se envolver em competições. No entanto, André demonstrou ter ficado mais tempo sem compromisso com o esporte, antes de se envolver. Este fato pode ter ocorrido em função de sentir o esporte priorizado para si apenas no momento em que abandonou sua trajetória, seguindo as atividades do irmão. Isto é, André teve um envolvimento pessoal com o esporte, no sentido deste ter um significado para si, a partir do momento em que sua prática se torna independente do irmão.

O primeiro envolvimento com esporte, como uma vivência priorizada pelos atletas, foi com a natação, com exceção de João que antes da natação participou de outros esportes competitivamente e com dedicação, como o tênis e o caratê. Embora André lembre de ter participado, antes da natação, de competições de outro esporte, percebe que sua vivência como atleta iniciou-se com a natação.

3. Considerando que os atletas estudados iniciaram-se no esporte na infância, época em que o indivíduo tem poucos afazeres, percebe-se que, em um determinado momento de vida, surgem outras atividades para competir com a atividade esportiva. Este fato levou o atleta a uma hesitação sobre sua continuidade no esporte. Esta fase ficou mais nítida na vivência de Maria, em um momento que antecedeu seu abandono do esporte.

Cabe ressaltar que, embora haja a permanência de disputas internas de vários desejos durante todo o processo de priorização, ficou clara a existência deste momento de hesitação, com exceção de André que se mostra hesitante durante todo seu processo no esporte.

4. Foi comum, na vivência dos atletas, que em um determinado momento tivesse

havido um abandono temporário do esporte. Este abandono foi de certa forma uma consequência da hesitação anteriormente citada. Porém, no caso de Joana, houve uma desestimulação por parte dos pais, fato este que influenciou na sua desistência.

Com exceção de Joana, quando o esporte deixou de ser uma prioridade, os atletas permaneceram com uma prática esportiva descompromissada. Este dado apontou para a dificuldade do atleta em ficar sem o exercício físico.

Este abandono acabou proporcionando uma reflexão sobre a importância do esporte na vida do atleta.

5. O retorno dos atletas entrevistados ao esporte apareceu no mesmo momento em que o triatlo foi introduzido em suas vidas, como se o conhecimento deste esporte fosse um mobilizador de seus desejos esportivos. O desafio proporcionado pelo triatlo surgiu em um momento de desmotivação, reanimando o sentido atlético do indivíduo.

Esta opção de retornar ao esporte surgiu com mais força principalmente na vivência de Maria, que apenas neste momento sentiu o esporte como sua prioridade. Embora André enfatize sua prioridade por este esporte, inclusive sentindo-se identificado com o triatlo, mostrou em suas oscilações que há uma dificuldade interna em manter esta prioridade.

Para que o atleta mantenha sua prática esportiva priorizada, é comum o aparecimento de diversos conflitos. Nos casos de Maria, João e Joana estes conflitos marcaram alguns momentos específicos, já com André estão mais difusos.

Maria, Joana e João, por apresentar um estilo de vida repleto de afazeres, sentem certa dificuldade em conciliar o esporte com outras obrigações, sendo que esta dificuldade faz com que sintam uma maior predisposição às inter-

ferências externas. Devido a esta dificuldade, Joana, que no momento está iniciando sua prática esportiva priorizada, pensa em alguns momentos em abandonar as outras atividades para se dedicar exclusivamente ao esporte.

Melhorar o desempenho físico foi o objetivo de todos os atletas entrevistados. Isto, muitas vezes, é sentido como incompatível com uma intensa atividade social. Assim, os atletas optaram por renunciar ao lado social em vários momentos de sua vida. Estas renúncias foram vividas com mais intensidade por Maria e André, por estarem há mais tempo no esporte. Embora Joana e João não demonstrem dificuldade com estas renúncias, sentem a existência delas.

Maria, por ter mais tempo de esporte e de vida, percebeu renúncias profundas para sua existência, como aquelas relativas ao relacionamento afetivo e à maternidade. André também sentiu certa dificuldade em conciliar um relacionamento afetivo com o esporte.

Há a presença de um conflito de identidade vivenciado apenas por Maria. Esta sofre por sentir que sua identidade pessoal foi consumida pela identidade atlética, identificado em seus contatos interpessoais. Esta vivência foi um conflito experienciado apenas por Maria, devido ser a única atleta entrevistada com posição de destaque no triatlo nacional.

O esporte gera também um conflito que diz respeito ao aspecto financeiro. O atleta pratica o esporte pelo prazer proporcionado, mas há uma pressão pela necessidade de ganhar dinheiro. Assim, o esporte torna-se uma possibilidade de unir o prazer com a necessidade, porém, a dificuldade em obter esta conquista leva o atleta ao conflito.

O fator que se revelou como de maior importância para a prática esportiva é o prazer que esta proporciona. Os atletas não conseguem descrever o sentido deste prazer; apenas percebem sua existência e relatam algumas de suas especificidades.

O exercício físico em si demonstrou proporcionar sensações prazerosas de bem-estar. É importante ressaltar que, mesmo sendo o triatlo um esporte que predispõe o atleta a dores, as sensações prazerosas superaram as dores em seus relatos. “... *eu saio para treinar, eu vou correr... começo a encaixar o ritmo, começo a treinar, começo a me sentir bem... uma coisa que... eu não sei, não tem ninguém vendo, ninguém aplaudindo, ninguém falando ele é bom, não sei o quê, mas... é uma coisa que eu gosto de fazer... porque eu gosto*” (trechos do relato de João).

Quando não há a prática, o que permanece são sensações de mal-estar. Este é um fator que colocou o atleta em atividade física descompromissada, quando este abandonou a prioridade pelo esporte, e um fator de motivação para sua retomada e manutenção. André demonstrou mais intensidade no desprazer, descrevendo como uma vivência agonizante, quando em abstinência de esporte. O fato de André ter tido maior expressão sobre o desprazer sofrido com ausência de esporte pode ser devido a sua maior constância de abandono da prática, em comparação com Joana, João e Maria. “*Eu não consigo... me dá agonia, eu me sinto... parece que eu estou me trancando sabe? ... e me enrolando, e ficando pequeno. Quando eu faço alguma coisa, me dá... eu fico mais contente... é gostoso, eu me sinto muito melhor*” (trechos do relato de André).

Há um outro fator de motivação que é o contato social proporcionado pelo esporte.

Para que o atleta se dedicasse ao triatlo, houve a necessidade de algumas alterações de vida. O principal fator que justifica esta alteração é a alta exigência física e psíquica requerida por este esporte.

O atleta tem que se adaptar a uma nova rotina: dividir seu tempo entre nadar, pedalar, correr e mais outras atividades. Para que isto

ocorra, ele tem que abdicar de coisas, e ainda iniciar novos hábitos. A vivência de Maria aponta também para alterações nas relações interpessoais, em função do acúmulo de atividades.

Acredita-se que esta experiência de priorizar o triatlo, forneça outras alterações psíquicas. Indicações para esta afirmação é a alteração na competitividade do atleta, que João deixa claro quando diz que sua necessidade de vencer o outro foi substituída por seu desejo de vencer seus próprios limites. Além disso, as alterações de atitudes emocionais, no que diz respeito aos relacionamentos interpessoais, demonstrados por Maria.

Pela vivência dos atletas estudados, a família foi de grande significado. Ela exerceu influência em toda a experiência do atleta no esporte. Em alguns momentos, teve o sentido de incentivar, já em outros, desincentivar, porém, a posição dos pais diante da prática esportiva do filho foi muito valorizada.

Nos casos analisados, encontrou-se mais de um atleta por família; isto pode levar à constatação de existir uma atmosfera propícia para o desenvolvimento esportivo familiar.

Com exceção de João, os atletas referiram-se a uma alteração do apoio recebido dos pais. Este fato ocorreu em conjunto com as alterações na vida esportiva.

André possui uma vivência particular, com relação ao significado do irmão para a sua esportividade; o esporte entra em sua vida por causa do irmão, para estar perto dele, já que este se colocava distante. Embora apareça a presença dos irmãos nos outros relatos, para André houve um intenso significado.

O técnico esportivo teve grande valor para os atletas, na função de oferecer apoio e incentivo.

Os adversários mostraram ter dois significados. Um deles foi com relação ao relaciona-

mento entre atletas, fora das competições, que foi tido como agradável e motivador. O outro significado refere-se ao fato de que durante as competições o atleta busca seus próprios limites, impulsionado pelo outro, no desejo de superar-se e superar o outro.

A competição esportiva tem um intenso valor na vivência dos atletas, por propiciar sensações específicas, que não são vivenciadas no treinamento e ainda por trabalhar a competitividade do indivíduo.

Na competição esportiva apareceu uma grande ênfase na competição consigo mesmo. O desejo de superar-se, superando seus próprios limites prevalece, porém, há ainda o desejo de superar o adversário. Houve uma alteração na competitividade vivenciada por todos, em diferentes níveis, provavelmente em função do tempo de dedicação ao esporte, durante a vida.

Discussão dos resultados

Os dados desta pesquisa apontam para uma estrutura de escolha, que difere das escolhas repentinas comuns em nossas vidas.

A escolha à qual nos referimos, que é a de optar pelo esporte como uma atividade prioritária, tem seu início na infância, e seu processo permanece constante ao longo da existência destes sujeitos.

O início da prática esportiva na infância justifica-se por existir uma influência familiar significativa na introdução da criança ao esporte, e é na infância que a família exerce maior influência nas opções do indivíduo. Nos sujeitos desta pesquisa, isto acontece para atletas dos sexos masculino e feminino, o que contradiz a pesquisa de COAKLEY & WHITE (1992) que afirma ser esta influência importante apenas para as mulheres.

A família introduz a criança ao esporte, por meio do seu incentivo ou da indução.

Percebe-se que quando a criança é muito pequena ainda não tem autonomia de escolha, logo, os pais optam pela criança. Este tipo de escolha tende a ser questionado futuramente, quanto ao seu sentido, quando o indivíduo tem maior liberdade sobre suas escolhas. Neste momento fica claro um conflito familiar que interfere nesta opção. A família deixa de ter o poder de escolher para o filho, mas sua posição não deixa de ser valiosa para ele. Assim, quando a família desestimula a prática esportiva, geram-se dúvidas sobre a qualidade da escolha.

Todo processo de escolha é gerador de dúvidas e conflitos como pôde ser observado nas experiências relatadas pelos triatletas, porém, quando há uma desestimulação familiar, estas dúvidas mostram-se mais intensas fazendo o indivíduo sentir-se de certa forma preso à família, prejudicando, assim, sua liberdade de escolha.

BOHOSLAVSKY (1993, p.66) afirma que “todo conflito em relação à escolha de uma maneira de ser, através de algo que fazer (de uma ocupação), expressa uma não-integração de identidades diversas. Todas as dúvidas do jovem, a respeito do que quer ser, obedecem a identificações que ainda não se integraram”.

No ato de escolha está implícito o deixar de lado outras possíveis escolhas, vivenciando a conflitiva limitação humana. Foi possível observar que para o indivíduo priorizar o esporte em sua vida, isto é, escolher o esporte, ele passa por momentos de hesitação. Esta hesitação se dá em função das renúncias necessárias, bem como da responsabilidade pelas conseqüências de sua escolha. Quando escolhe ser atleta, conseqüentemente há a necessidade de renunciar a atividades sociais, entre outras coisas. “*Aí, agora eu vou casar... não, vou treinar, não vou casar nunca...*” “*ai, imagina eu com filho, grávida...vou fazer como para treinar?*” (trechos do relato de Maria). A vivência de Maria demonstra maior profundidade em suas renún-

cias, sendo que este fato pode ser em função de estar há mais tempo no esporte, logo, ter mais tempo de renúncias e, também, por ter tido um início no esporte induzido pelos pais. Este dado sugere que quando há uma ausência de liberdade na escolha, a manutenção da escolha é vivenciada com mais conflitos.

As renúncias começam a ser mais intensas com a chegada da adolescência e da vida adulta, pois neste momento surgem novas atividades na vida do indivíduo para competir internamente com o seu tempo de dedicação ao esporte, confirmando a pesquisa de FELTZ & WING (1987). BOHOSLAVSKY (1993), referindo-se à escolha profissional, aponta para o conflito gerado em função da escolha ser motivada pelo prazer, ou pelo aspecto financeiro. O esporte, como pode ser verificado neste trabalho, é motivado pelo prazer, mas a pressão devida à necessidade financeira coloca o atleta em conflito, como na escolha profissional.

Assim como na escolha profissional, quando há a opção pelo esporte, o indivíduo necessita elaborar as perdas e ainda o luto pelo *self*, como aponta BOHOSLAVSKY (1993). Isto seria em função do abandono de outros projetos, outras carreiras e da onipotência.

As vivências dos atletas estudados demonstram que os conflitos gerados pela competição interna de novos afazeres levam o atleta a abandonar a prática esportiva. Todavia, é com o abandono que o atleta se depara com o desprazer causado por esta ausência e, então, certifica-se do valor desta escolha para a sua existência. Este é um momento importante para o atleta, pois ele pode refletir sobre o sentido do esporte para si, retomando sua prática como uma escolha própria e mais firmada em sua vida.

A retomada do esporte acontece no momento em que o atleta encontra-se mais estruturado para vivenciar os conflitos decorrentes desta prática. Este momento coincide com a

fase maturacional, em que o indivíduo adquire melhores condições físicas, para o desenvolvimento de alta performance atlética, como afirma BARBANTI (1979).

Os relatos dos atletas demonstram a existência de fatores que fortalecem a escolha pelo esporte. Os atletas estudados vivenciam intenso prazer pela atividade física. Esta vivência é tão intensa que sua falta provoca mal-estar físico e psíquico. Este dado confirma a pesquisa de FELTZ & EWING (1987). O prazer está associado à excitação, ao sucesso, ao desenvolvimento pessoal e social.

Os atletas estudados demonstram esta busca pelo prazer no esporte, porém, há outras buscas nesta vivência. A competição esportiva, que é tida como uma importante vivência para todos, aponta para outras buscas.

Na competição o atleta busca o confronto com sua limitação humana, lutando por sua auto-superação. Segundo LERNER & LOCKE (1995), a competição é importante, pois é neste momento que o atleta aperfeiçoa seus objetivos com relação a seu desempenho, por meio do modelo proporcionado pelo outro, sendo o outro um padrão a ser alcançado e superado. A competição fornece ao atleta um maior comprometimento com o treinamento, devido a estas metas.

Os atletas estudados mostram que para se efetuar uma escolha, como é a priorização do esporte, é necessário uma intensa reflexão sobre si mesmo, para que o indivíduo encontre seus objetivos de vida, e com isto tenha um encontro com o seu *eu*. Mesmo ocorrendo interferências externas é o indivíduo que se sente responsável pelas escolhas de sua vida.

Os dados desta pesquisa sugerem uma estrutura de escolha pelo triatlo. O triatlo desperta no atleta um grande desafio a ser alcançado, o que é diferente de outros esportes, mesmo porque o fato de dedicar-se a um esporte composto por três, significa treinar três modali-

dades esportivas, o que dispense mais tempo. No triatlo também está embutida uma busca na superação dos limites humanos. Há um desejo de ser um “super-homem” ou uma “super-mulher”, naquele que se dispõe ao seu treinamento. Outro fator é que por ser este um esporte individual, o atleta tem uma frequência grande de treinos solitários, o que propicia uma maior reflexão sobre si mesmo, e também sobre o significado do esporte para ele. O que é diferente entre os praticantes de esporte coletivo quando, em seus treinos, estão se relacionando uns com os outros, sobrando poucos momentos de reflexão introspectiva. Inclusive SAMULSKI (1991) revela em sua pesquisa que os atletas de esporte individual realmente são seres mais introspectivos, quando comparados aos de esporte coletivo.

Neste trabalho foi descrita uma estrutura de escolha que é válida para a priorização do triatlo. Todavia, não se pode afirmar que não existam outras estruturas, e que esta mesma não seja válida para as outras escolhas.

Este estudo refere-se ao processo de escolha de uma população específica. Porém, ele nos revela a importância de se conhecer os processos das escolhas significativas na vida dos indivíduos, em função das interferências psíquicas que estes processos produzem nas vivências humanas.

Referências

- Barbanti, V.J. (1979). *Teoria e prática do treinamento desportivo*. São Paulo, Ed. Edgard Blucher, 240 p.
- Bohoslavsky, R. (1993). *Orientação Vocacional: a estratégia clínica*. São Paulo, Martins Fontes, 221 p.
- Coakley, J.; White, A. (1992). Making decisions gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of Sport Journal*, v.9, n.1; pp. 20-35.
- Feltz, D.H.; Ewing, M.E. (1987). Psychological characteristics of elite young athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, v. 19, n.5, pp. 98-105.
- Fini, M.I. (1994). Sobre a pesquisa qualitativa em educação, que tem a fenomenologia como suporte *In: Bibudo, M. A. V.; Esposito, V.H.C. Pesquisa qualitativa em educação*. Piracicaba, Ed. UNIMEP, pp. 23-33.
- Forghieri, Y.C. (1993). *Psicologia fenomenológica: fundamentos, método e pesquisa*. São Paulo, Ed. Pioneira, 81p.
- Giorgi, A. (1985). 1 sketch of psychological phenomenological method. *Phenomenology and Psychological Research*, Dunquesse University Press, Pittsburg, pp. 8-22.
- Lerner, B.S.; Locke, E.A. (1995). The effects of goal setting, self-efficacy, competition, and personal traits on the performance of an endurance task. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, v. 17, pp. 138-52.
- Meihy, J.C.S.B. (1991). *Canto de morte Kaiowá: história oral de vida*. São Paulo, Ed. Loyola, 303 p.
- Mucchielli, A. (1991). *Les methodes qualitatives: que sais je?* Paris, Presses Universitaires de France.
- Samulski, D. (1991). Esporte e desenvolvimento da personalidade. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 5, n. 3, pp. 24-8.
- Thomas, A. (1983). *Esporte: introdução à psicologia*. Rio de Janeiro, Ed. Ao Livro Técnico, 233 p.
- Town, G.P. (1988). *Triathlon: treinamento e competição*. Brasília, Ed. Universidade Nacional de Brasília.