

GONÇALO CASTANHO | ENSAIOS REFLEXIVOS



“Jogo Invisível” | 2021

Substituições: Mais valias e benefícios psicológicos evolutivos nos ps pandemia

A evoluo, melhoria contínua e correta explorao da prática futebolística, tem constituído dados particularmente relevantes nas últimas duas décadas. **Esta perspetiva progressista, tem feito oscilar o paradigma** na compreensão do jogo, dinamizao e regulamentaao, entre as suas práticas históricas e as inovaes decorrentes da busca incessante de vantagem competitiva e evoluo.

Um dos aspetos estruturais da dinâmica do jogo, que tem vindo a sofrer alteraaes,  a normativa relativamente ao número de substituies possíveis no decorrer de uma partida. **O aumento do número de possíveis substituies**, independentemente do escalão, resulta numa objetiva oportunidade de envolver mais praticantes com uma parte essencial da modalidade, a competio em si, gerando uma flexibilizao das restries inerentes às condies de jogo, com possíveis benefícios futuros.

Apesar da inexistência de linearidade preditiva na gestão do jogo e dos intérpretes, **o treinador, tem assim mais possibilidades de influenciar as incidências** do jogo. Desde logo, aumentam os recursos disponíveis a utilizar, possíveis solues, estratégias e capacidade de reao. Maior probabilidade de

reverter com sucesso, decisões tomadas. Mais capacitação na gestão de grupo e atuação enquanto líder. **Os processos de adaptação competitiva, integração de novos elementos ou promoção de jovens talentos, ficam assim, mais facilitados.** Pessoalmente, menor tensão, mais controlo e segurança. Isto, apesar de uma tendência para o aumento da exigência e necessidade de preparação prévia.

No caso do **jogador**, este, **vê aumentada a sua probabilidade de utilização** e pelo qual, **resulta uma maior probabilidade de manutenção de um estado motivacional elevado.** A incerteza tende a diminuir e a autoestima a aumentar. O sentimento de pertença face ao grupo e o compromisso individual, podem aumentar. O stress tende a decrescer, o reconhecimento tende a aumentar e os estigmas associados aos convencionais estatutos, tendem a esbater. A aderência ao processo, evolução e rendimento tenderão a melhorar. A probabilidade de desistência ou falência psicológica tende a diminuir. Contudo, a maior probabilidade de utilização não está livre de contraindicações, podendo degenerar numa diminuição da resistência à frustração e tendência para a superação.

Resumidamente, **este pequeno ajuste** normativo, equitativo, **pode gerar diferentes ganhos psicológicos, contribuindo para um aumento de produtividade e satisfação generalizada, quando bem compreendida e explorada, sublinhe-se.**

De forma a concluir este artigo, importa considerar **os benefícios para o contexto profissional** decorrentes desta oportunidade, pós pandemia. A utilização reduzida gera uma acentuada desvalorização no praticante (com implicações económicas e psicológicas associadas) dificultando por defeito, o sucesso do envolvido. A manutenção da medida, é estruturalmente protetora (para além da pandemia) **combatendo o desperdício de talento e produtividade,** que tende a ocorrer no modelo vigente, **contribuindo para uma sofisticação tendencialmente positiva.**

Especialista em Psicologia da Performance Humana | OPP:5297