

# **MENTE SÃ, CORPO SÃO: Apoio psicológico a atletas universitários**



*Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Psicologia Clínica; Esporte; Dança.*

- **Descrição:** O presente projeto visa promover ações de apoio psicológico a atletas universitários, pautando-se na articulação entre Psicologia do Esporte e Psicologia Clínica. Parte-se da premissa de que as práticas corporais e esportivas podem favorecer o desenvolvimento humano e social, proporcionando meios para o ser humano desenvolver potenciais e habilidades. Ademais, sabe-se que o contexto universitário é permeado por desafios sociais, culturais e psicológicos. Não raro, vemos a comunidade acadêmica envolvida na lida com problemas de saúde mental, que constituem-se como obstáculos para o desenvolvimento das atividades acadêmicas e esportivas. Diante de tal cenário, o projeto volta-se para a criação de espaços de acolhimento e acompanhamento de universitários atletas (desporto universitário) e ou universitários participantes de projetos que envolvam práticas corporais e esportivas, em atendimentos individuais e em grupo. Espera-se que tais ações sejam profícuas na promoção da saúde mental e desenvolvimento da performance do público assistido. No que tange à formação, espera-se que sejam desenvolvidas boas práticas formativas no âmbito da psicologia do esporte em sua articulação com a psicologia clínica.

- **Atividades:** 1) Acompanhamento Psicológico individual para atletas - através de atendimentos individuais, baseados na Psicologia Clínica e do Esporte, busca-se fomentar o cuidado em saúde mental e a melhora da performance de atletas universitários.

2) Oficinas de Psicologia do Esporte - Através de uma metodologia reflexivo-vivencial em grupo, serão abordados temas em Psicologia do Esporte visando o fortalecimento da identidade de “ser-atleta” e a criação de espaços de aprendizagem e troca de experiências entre os participantes.

- **Público-alvo:** Atletas Universitários de diferentes modalidades de desporto universitário ou projetos universitários envolvendo práticas corporais e esportivas.

- **Informações adicionais:** Faz-se importante ficar atento(a) aos períodos em que as inscrições para as atividades do projeto são abertas, tendo em vista que costuma ter limite

de vagas. Para realizar a inscrição é necessário entrar em contato com o responsável pelo projeto através do perfil @mentesa.corposaoufc no instagram.

- **Responsável pelo projeto:** Prof. Leo Barbosa Nepomuceno.

- **Horário de funcionamento:**

Acompanhamento psicológico individual: turno das manhãs de sexta-feira.

Oficinas de Psicologia do Esporte: terças-feiras de 08:30 às 10:30.

- **Endereço/campus:** Sala 05 do bloco didático do Instituto de Educação Física e Esportes da UFC, Campus do Pici.

- **Redes Sociais:** @mentesa.corposaoufc

- **E-mail:** leobnepomuceno@ufc.br