

RODA DE CONVERSA VIRTUAL: Análise Psicológica do Filme Coringa

Mônica Cristina Barbosa de Oliveira¹

Dados de Identificação

Curso: Educação Física

Disciplina: Psicologia aplicada ao Exercício e ao Esporte

Período: 6º

Objetivos da Ação

- Refletir sobre a saúde mental em um mundo violento, desigual e individualizado;
- Refletir sobre a falta de empatia;
- Refletir sobre a invisibilidade de alguns seres humanos no mundo;
- Analisar se na ausência de referência, as pessoas buscam heróis, símbolos e máscaras para justificar seus anseios e desejos escondidos;
- Identificar as causas mostradas no filme para os distúrbios do personagem;
- Caracterizar os transtornos mentais ou de comportamento do personagem, justificando seu ponto de vista;
- Relacionar a prática de exercícios físicos para a manutenção da saúde mental;
- Apontar atividade física adequada aos transtornos mentais observados.

¹ Docente do UGB/FERP. Especialista em Docência do Ensino Superior (FAA).

Conteúdos Trabalhados

- Transtornos Mentais em Atletas de Alto Rendimento.

Procedimentos

- Apresentação e explicação do conteúdo.
- Caracterização dos transtornos mentais.
- Exposição das análises, atividades práticas e participação na roda de conversa virtual.

Resultados

Após o trabalho realizado, os estudantes perceberam que muitas pessoas postergam a iniciativa de procurar ajuda profissional por preconceito ou, ainda, pela naturalização do sofrimento. Às vezes, convivemos com outras pessoas que também estão passando por momentos de dificuldade emocional e pensamos a vida é assim mesmo, mas não é!

O empoderamento do atleta é uma das funções da psicologia do esporte. Ensinar o atleta que ele é humano, que tem escolhas. Quando o atleta aprende a se empoderar, lida bem melhor com essas escolhas porque aprende a filtrar as expectativas externas sobre ele. O que pode fazer a diferença, no entanto, é usar a psicologia como prevenção e não somente para atuar em problemas já existentes.