

EMOÇÃO, RAZÃO E VIOLÊNCIA

Na rubrica de hoje propomos um momento de reflexão, racional e não emotivo, acerca do estado do Desporto nacional, concretamente no que diz respeito à temática que semanalmente aqui abordamos, a Ética e os Valores no Desporto, e à postura desportiva que aqui defendemos, baseada no respeito, na elevação, na nobreza de espírito desportivo e no fairplay. Se é verdade que atitudes e comportamentos dignos e honrosos vão sendo praticados pelo país fora, tal como fazemos questão de aqui dar a conhecer, enaltecer e valorizar, por outro lado, e de forma crescente, fazem parte da agenda diária acontecimentos que, arriscamo-nos a dizer, matam o Desporto aos poucos. O futebol, por ser a modalidade que mais “adeptos” reúne, é aquele que mais impacto e exposição tem. O clima desta modalidade, que move multidões e é venerada por milhões, é neste momento no nosso país demasiadamente marcado por quezílias, conflitos, guerrilhas, acusações, desconfiança e até medo, tornando-se algo nocivo e tóxico. Semanalmente são notícia episódios de violência, gratuita, quer seja entre adeptos, entre adeptos e jogadores, sobre árbitros, entre muitos outros tristes e deprimentes actos. Observamos, impávidos e serenos, mostramo-nos chocados, apontamos o dedo ao “outro”, assobiamos para o lado, sem nunca chamar a nós algum tipo de responsabilidade, sem nunca reflectir de forma honesta, sincera e por vezes dura acerca do nosso papel e do possível contributo que todos e cada um podemos dar para não deixar que matem o desporto, o desporto saudável, respeitador, verdadeiro. É aqui que fazemos um apelo, não só a quem tem responsabilidades, legislativas, federativas, directivas, técnicas, desportivas ou mesmo mediáticas, mas a todos e cada um. É urgente injectar no futebol nacional doses elevadas de bom senso e sensatez, de equidistância, de contenção, de racionalismo acima de tudo. Cabe a cada um de nós, por um lado não alimentar este clima e os seus prevaricadores, e por outro combater e censurar activamente as posições extremadas, as atitudes desmedidas, o exagero, o descontrolo, os comportamentos violentos físicos e verbais, a incoerência, o ódio. A emoção facilmente se sobrepõe à razão no desporto. Ela algo inerente, a toda e qualquer competição desportiva, potenciada pela imprevisibilidade e a incerteza do desfecho final. Facilmente, emergem sentimentos e emoções como a ansiedade, o *stress*, o nervosismo ou a tensão ou mesmo estados de tristeza, alegria, euforia, frustração, decepção, ou raiva. É portanto vital compreender o peso e influência da dimensão emocional na forma como racionalizamos e construímos a nossa opinião, o que conseqüentemente define os nossos comportamentos e atitudes, sendo fundamental ter a consciência que a nossa visão poder ser altamente enviesada e deturpada, num processo onde a emoção ofusca a razão e não nos permite perceber a realidade e avaliá-la tal qual ela é. Só com esta consciência é possível olhar para a realidade com objectividade e coerência, afastando-nos de análises cegas e tendenciosas e mantendo o distanciamento daquilo que são as nossas preferências, desejos, aspirações ou cores clubísticas. O segredo muitas vezes está na clareza e frieza com que conseguimos observar, e que resulta da forma como gerimos e apaziguamos os sentimentos e emoções, não permitindo que estes ofusquem a razão. Este será um passo de gigante no caminho para um desporto com mais ética e valores.

Emoção, razão e violência

Proposta de questões e aspetos a explorar

- 1- Explorar as duas faces do desporto (aquilo que ele tem de bom e que lhe é natural, mas também aquilo que por via da intervenção humana o torna negativo)
- 2- Abordar a distinção entre emoção e razão, destacando a importância do controlo de emoções, da razoabilidade, da coerência.
- 3- Enaltecer a responsabilidade de cada um de nós na busca por um desporto positivo.

(para os alunos mais novos)

- 1- Pedir-lhes que façam um desenho livre sobre o desporto e explorar aquilo que podem ser aspetos mais positivos e negativos do desporto, de acordo com a perceção dos alunos.
- 2- Explorar a importância do controlo das emoções.
- 3- Perguntar aos alunos o que mais gostam e menos gostam no desporto.