



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Ray Luiz Henrique Rodrigues

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL

Florianópolis

2023

Ray Luiz Henrique Rodrigues

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL

Trabalho de Conclusão de Curso submetido ao curso de Graduação de Bacharelado em Educação Física do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Jucemar Benedet

Coorientadora: Profa. Deborah Kazimoto Alves

Florianópolis

2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Rodrigues, Ray Luiz Henrique
Ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol
/ Ray Luiz Henrique Rodrigues ; orientador, Jucemar
Benedet, coorientador, Deborah Kazimoto Alves, 2023.
52 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de
Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2023.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Ansiedade, esporte, psicologia do
esporte, adolescente.. I. Benedet, Jucemar. II. Alves,
Deborah Kazimoto. III. Universidade Federal de Santa
Catarina. Graduação em Educação Física. IV. Título.

Ray Luiz Henrique Rodrigues

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção do título de “Bacharel em Educação Física” e aprovado em sua forma final pelo curso de educação física.

Florianópolis, 13 de dezembro de 2023.



Documento assinado digitalmente
Carlos Luiz Cardoso
Data: 21/12/2023 18:00:45-0300
CPF: ***.421.169-**
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Coordenação do Curso

Banca examinadora



Documento assinado digitalmente
Jucemar Benedet
Data: 21/12/2023 16:03:12-0300
CPF: ***.189.319-**
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Prof. Jucemar Benedet, Dr.

Orientador

Universidade Federal de Santa Catarina



Documento assinado digitalmente
DEBORAH KAZIMOTO ALVES
Data: 21/12/2023 14:10:52-0300
CPF: ***.835.920-**
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Profa. Deborah Kazimoto Alves

Coorientadora

Universidade Federal de Santa Catarina



Documento assinado digitalmente
Ricardo de Almeida Pimenta
Data: 21/12/2023 16:28:52-0300
CPF: ***.732.208-**
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Prof. Ricardo Pimenta, Dr.

Universidade Federal de Santa Catarina



Documento assinado digitalmente
Juliana Pinto da Silveira
Data: 21/12/2023 15:14:45-0300
CPF: ***.743.989-**
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Profa. Juliana Pinto da Silveira

Universidade Federal de Santa Catarina

AGRADECIMENTOS

A vida segue caminhos complexos, assim como a jornada acadêmica em uma universidade prestigiada nacionalmente, pública, gratuita e de excelência. Levando em consideração esses pontos, sinto que devo expressar minha gratidão a várias pessoas que estão envolvidas nesse processo tão significativo em minha vida.

Começo, primeiramente, agradecendo a Deus por ter me concedido saúde, sabedoria e discernimento.

Gostaria de agradecer aos meus familiares - meu pai Luiz, minha mãe Ana, meu irmão Bruno e minhas irmãs Jéssica e Franciele, por sempre acreditarem em minha capacidade e por me apoiarem em minhas escolhas.

Sou grato ao meu primeiro treinador de voleibol, por proporcionar oportunidades durante os treinos para que eu pudesse conhecer mais sobre a atuação do profissional de educação física.

Também agradeço aos meus colegas de curso que estiveram sempre ao meu lado durante todo o processo.

Expresso minha gratidão aos professores, especialmente ao meu orientador Jucemar Benedet e coorientadora Deborah, que estiveram à frente deste trabalho junto comigo.

Agradeço a equipe de voleibol da Palhoça que recebeu de braços abertos para receber as coletas de dados desta pesquisa.

RESUMO

O contexto esportivo proporciona diversas situações promovendo vivências e experiências importantes para a construção do indivíduo tanto na modalidade praticada, quanto na sua participação dentro da sociedade. Um dos fatores que podem influenciar neste desenvolvimento e no rendimento dos atletas, pode ser a ansiedade pré-competitiva, que promove pensamentos e respostas fisiológicas particulares em cada atleta. O objetivo do estudo foi investigar o nível de ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na grande Florianópolis/SC. Trata-se de uma pesquisa descritiva e quantitativa, a amostra foi composta por 18 atletas de voleibol do sexo masculino, com idades entre 14 e 19 anos, filiados a um clube da grande Florianópolis/SC. Para mensuração da ansiedade pré-competitiva, foi aplicado o questionário CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory –2r, Reduced Version*), validado para a população brasileira por Fernandes *et al.* (2013b), composto por 17 itens o qual mensura três subescalas: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança. A análise dos resultados foi conduzida utilizando estatística descritiva, incluindo a média, o desvio padrão, a distribuição de frequência absoluta e relativa. Além disso, foram comparadas as dimensões da ansiedade (cognitiva, somática e autoconfiança), através do teste t de *Student* para verificar diferenças. Os resultados revelaram que tanto a categoria sub-17 quanto a sub-19 apresentam baixos níveis de ansiedade pré-competitiva. Sabe-se, porém, que o sub-17 registra pontuações mais altas em comparação ao sub-19 - embora não sejam considerados níveis elevados de ansiedade. Já o sub-19 demonstra escores superiores de autoconfiança em relação ao sub-17. Conclui-se que os atletas de vôlei apresentam baixa ansiedade pré-competitiva, porém a categoria sub-19 sente-se mais confiante antes das competições e o tempo de prática não mostrou ser determinante para influenciar nos níveis de ansiedade pré-competitiva em ambas as categorias.

Palavras-chave: Ansiedade, esporte, psicologia do esporte, adolescente.

ABSTRACT

The sporting context provides several situations that promote important experiences for the construction of the individual both in the sport practiced and in their participation in society. One of the two factors that can influence this development and performance of two athletes can be pre-competitive anxiety, which promotes particular thoughts and physiological responses in each athlete. The objective of the study is to investigate the level of pre-competitive anxiety in young volleyball athletes from Greater Florianópolis/SC. This is a descriptive and quantitative research, the sample was composed of 18 male volleyball athletes, community members between 14 and 19 years old, affiliated with a large club in Florianópolis. To measure pre-competitive anxiety, the CSAI-2r questionnaire (Competitive State Anxiety Inventory –2r, Reduced Version) was applied, validated for the Brazilian population by Fernandes *et al.* (2013b), consisting of 17 items that measure three subscales.: cognitive anxiety, somatic anxiety and self-confidence. The analysis of both results was carried out using descriptive statistics, including mean, standard deviation, absolute and relative frequency distribution. Furthermore, the Shapiro-Wilk test was used to evaluate the normality of two data. To compare the dimensions of anxiety (cognitive, somatic and self-confidence), the Student's t test was used to verify differences. The results will reveal that both the under-17 and under-19 categories have low levels of pre-competitive anxiety. It is known, however, that those under 17 record higher scores compared to those under 19 – these are not considered high levels of anxiety. The under-19 team demonstrates higher levels of self-confidence compared to the under-17 team. It is concluded that volleyball athletes have low pre-competitive anxiety, as in the under-19 category they feel more confident before competitions and the practice time was not decisive in influencing our levels of pre-competitive anxiety in both the categories.

Keywords: Anxiety, sport, sport psychology, adolescent.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	16
1.1	OBJETIVO GERAL	17
1.2	OBJETIVO ESPECÍFICO	17
1.3	JUSTIFICATIVA	18
2	REVISÃO DA LITERATURA	19
2.1	ANSIEDADE, CONCEITOS E FATORES ASSOCIADOS	19
2.2	ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E VOLEIBOL	22
3	MÉTODOS	25
3.1	CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	25
3.2	PARTICIPANTES	25
3.2.1	Critério de elegibilidade	25
3.3	ASPECTOS ÉTICOS	25
3.4	INSTRUMENTO	26
3.5	PROCEDIMENTO DA PESQUISA	26
3.6	ANÁLISE DE DADOS	27
4	RESULTADOS	28
5	DISCUSSÃO	31
6	CONCLUSÃO	35
	REFERÊNCIAS	36
	APÊNDICE A - Termo de assentimento livre e esclarecido	40
	APÊNDICE B - Termo de consentimento livre e esclarecido (pais)	43
	APÊNDICE C - Termo de consentimento livre e esclarecido	46
	APÊNDICE D - Questionário de caracterização sociodemográfica	49
	ANEXO A - Inventário de Ansiedade Competitiva CSAI-2R	50

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é um elemento intrínseco na vida humana, surgindo diante de várias situações de apreensão ou novidade. Assim, a ansiedade é uma característica natural do indivíduo, podendo ser benéfica ou não, dependendo da forma como o indivíduo percebe e interpreta os diferentes graus de ansiedade(LUCENA-SANTOS, *et al.*, 2015). Como a ansiedade é essencial para a sobrevivência social humana e se torna uma ferramenta motivadora que impulsiona as pessoas a enfrentarem as diversas situações da vida, é importante observar esses aspectos no público adolescente(LENHARDTK e CALVETTI,2017). Essa fase é um período de transição entre a infância e a idade adulta, marcada por várias mudanças físicas, psicológicas e sociais que guiam os pensamentos críticos dos jovens em direção ao desejo de autonomia, busca por assumir responsabilidades e independência (GUERREIRO *et al.*, 2013).Além disso, neste processo de mudança há pressão familiar, mudanças no corpo, excesso de deveres e responsabilidades que colaboram para que os adolescentes se sintam inseguros e apreensivos, o que influencia em maiores níveis de ansiedade (DA SILVA *et al.*, 2022).

A ansiedade pode ser caracterizada como um sentimento emocional aversivo, além de vago, que gera sentimentos de tensão e apreensão diante as situações de medo e perigos, provocando respostas fisiológicas e cognitivas (CASTILLO *et al.*, 2000). Essas respostas que o corpo demonstra convergem com a teoria multidimensional do estado de ansiedade competitiva de Martens, Vealey e Burton (1990), que são: a ansiedade cognitiva e somática. A ansiedade cognitiva são fatores internos, ou seja, expectativa e pensamentos, já a ansiedade somática refere-se a fatores externos físicos, como aumento de pressão arterial e sudorese (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990). Além destes conceitos, a ansiedade pode ser dividida em categorias:traço e estado onde, a ansiedade-traço é uma disposição do indivíduo em ter ansiedade em várias situações gerais, a qual faz parte da personalidade do indivíduo (SPIELBERGER, 1972). A ansiedade-estado é um estado emocional momentâneo, em situações de apreensão ou tensão ocasionado por acontecimento naquela determinada ocasião (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990).

Em jogos competitivos existem fatores que proporcionam sentimento de medo ou apreensão que contribui para o aumento dos níveis da ansiedade

competitiva (CRATTY, 1984; MACHADO 1997; SILVA, 2021), como a idade, experiência na modalidade, sexo, expectativas sobre o jogo e a torcida. Segundo Souza, Teixeira e Lobato (2012) e Corrêa (2017) atletas menos experientes e mais jovens em idade, tendem a demonstrar maiores níveis de ansiedade competitiva, quando comparados a seus pares. A expectativa de obter resultados positivos, os pensamentos ou preocupações referentes ao desempenho, a presença ou ausência de torcida, expectativas frente ao ambiente (como tamanho da quadra e/ou altura de rede), a posição na equipe (reserva ou titular) influenciam e aumentam os níveis de ansiedade competitiva (VIEIRA *et al.*, 2011). Apesar de a torcida ser um fator de influência, a forma de lidar com esta pressão pode ser diferente, com base em experiências prévias, ou seja, quanto mais iniciante o atleta, mais desconfortáveis se sentem com a presença da torcida (MARQUES, 2003).

Segundo estudos na literatura, o voleibol pode ser considerado uma ferramenta para interação social, por ser classificado como um esporte coletivo com características particulares. O voleibol não tem invasão, não apresenta contato físico com o adversário, exige raciocínio rápido, tomada de decisão assertiva nos diversos momentos do jogo e por fim os jogadores não podem reter a bola. Estas particularidades exigem um refinamento técnico, tornando a técnica um fator importante para o desenvolvimento da partida, contribuindo para que não ocorra erros e não gere pontos diretos aos adversários, logo, implica ao praticante que execute sempre o gesto técnico correto, o que pode gerar apreensão e estresse no decorrer da partida (FEIJÓ, 1998; OKAZAKI; COELHO, 2004; COSTA *et al.*, 2016).

Diante de indicativos de que jovens atletas de voleibol podem ter altos níveis de ansiedade pré-competitiva, surge então o problema de pesquisa que compreende esclarecer “Quais os níveis de ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol?”.

1.1 OBJETIVO GERAL

Investigar o nível da ansiedade pré-competitiva de jovens atletas de voleibol de um clube da Grande Florianópolis/SC.

1.2 OBJETIVO ESPECÍFICO

- Verificar a ansiedade pré-competitiva dentro da perspectiva cognitiva, somática e a autoconfiança em jovens atletas de voleibol de um clube da Grande Florianópolis/SC;
- Verificar se há diferenças nos níveis de ansiedade pré-competitiva entre as categorias sub-17 e sub-19 em jovens atletas de voleibol de um clube da Grande Florianópolis/SC.

1.3 JUSTIFICATIVA

A adolescência é uma fase bastante complexa que traz consigo mudanças nos aspectos sociais e nos componentes do ambiente esportivo, como a expectativa criada pelos jovens, a pressão dos pais, dos técnicos, da torcida e do próprio atleta, e a ambição de obter resultados positivos em diferentes contextos, inclusive no esporte. Durante jogos competitivos, diversos fatores podem despertar medo ou apreensão nos adolescentes e jovens, o que contribui para o aumento dos índices de ansiedade competitiva (CRATTY, 1984; MACHADO, 1997; SILVA *et al.*, 2021).

As pesquisas sobre a ansiedade antes da competição estão cada vez mais presentes no contexto dos esportes (DA SILVA *et al.*, 2022; RICHTER e ROTHER, 2023; SOUZA, 2020; SANTANA *et al.*, 2022; FREIRE *et al.*, 2020; MOREIRA *et al.*, 2020). Existem evidências, que utilizam o instrumento CSAI-2r, para mensurar a ansiedade pré-competitiva: no basquete, em adolescentes, entre 13 e 15 anos (SANTANA *et al.*, 2022); lutas e handebol em jovens adultos com idade média de 24 anos (FREIRE *et al.*, 2020) e no futsal e no handebol (MOREIRA *et al.*, 2020). Ainda existem estudos (DA SILVA *et al.*, 2022; RICHTER e ROTHER, 2023; SOUZA, 2020) que indicam a ansiedade pré-competitiva dos jogadores adultos de vôlei, entretanto pouco se sabe sobre este efeito no público adolescente. Tornando-se relevante investigações para esta população, uma vez que a ansiedade antes da competição pode impactar o desempenho dos atletas durante uma partida e, ainda mais, influenciar no processo de ensino-aprendizagem dos jovens esportistas.

Assim, o presente estudo tem o potencial de ser benéfico para os atletas, por ajudar a compreender como os diferentes tipos e grau de ansiedade pré-competitiva, que podem influenciar, de maneira positiva ou negativa, no âmbito esportivo. Desta forma, possibilita que profissionais (professores e treinadores) criem estratégias para o desenvolvimento de programas de prevenção e intervenção

que atendam às necessidades dos atletas nos treinamentos e que englobam o desenvolvimento de aspectos psicológicos e emocionais, além das questões técnicas, táticas e físicas (RESS *et al.*, 2016; BOMPA, 2002), em jovens adolescentes.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 ANSIEDADE, CONCEITOS E FATORES ASSOCIADOS

A conceituação de ansiedade é ampla e cada autor mostra uma perspectiva diferente, dentro do dicionário de Michaelis (2016) a palavra ansiedade tem significado de angústia, ânsia, incerteza, aflitiva. Colaborando com o conceito de Castillo et al. (2000), que conceitua a ansiedade como um sentimento vago e desagradável de medo e apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto, derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho.

Trata-se de uma atitude emocional natural, devido ao acontecimento de eventos não rotineiros de uma pessoa (MARQUES *et al.*, 2003) e os níveis em que o indivíduo se encontra definirá quais serão os danos em relação às respostas promovidas pelo corpo humano. A vida pode proporcionar situações adversas que nos colocam em momentos imprevisíveis, gerando medo ou apreensão, causando respostas em relação à ansiedade. Por exemplo, em momentos onde um indivíduo deve apresentar um trabalho aos colegas ou até mesmo na área esportiva em situação de pré-competição quando há alguma partida de jogo importante para disputar no dia seguinte e os níveis de ansiedade aumentam, promovendo respostas diferentes em cada indivíduo, que conseqüentemente pode se tornar um sentimento de apreensão e/ou medo (MACHADO, 2006; LAVOURA, 2007).

Segundo Weinberg e Gould (2008), a ansiedade refere-se a um estado emocional negativo de sentimentos de nervosismo, preocupação e apreensão relacionado com a ativação do corpo, que se subdivide entre cognitiva e somática. A cognitiva relaciona-se com o nível de preocupação ou pensamentos negativos do atleta relacionado ao seu desempenho no esporte, entretanto a somática está condicionada a alterações fisiológicas, que quando há uma situação de perigo ou ameaça para o atleta, a participação do sistema nervoso autônomo, especificamente a atuação do simpático, logo aumenta e provoca diversos indícios no corpo, como por exemplo, o aumento da frequência cardíaca, sudorese, vômitos, diarreia e tensão muscular (GOMES, 2018; SANTOS, 2020).

Há estudos que ainda trazem a ansiedade-traço, refere-se à disposição da personalidade do indivíduo de ter ansiedade em situações gerais (SOUZEDO, 1973), ou seja, é tendência natural que o indivíduo tem para responder diante das

diversas situações com os níveis elevados de ansiedade, sendo um estado mais durável e permanente. Os autores Martens, Vealey e Burton (1990) conceituam a ansiedade-estado como um estado emocional transitório, caracterizado por sentimentos de apreensão e tensão associados à ativação do organismo, ou seja, a ansiedade da pessoa em um momento específico, logo pode-se relacionar as situações de competição que alteram naquele momento os níveis da ansiedade-estado do praticante.

Harris e Harris (1987) em seu estudo, expressam que o indivíduo experimenta ansiedade sempre que se preocupa com seu desempenho e com seu nível de rendimento, em qualquer situação. A influência da ansiedade no desempenho varia de acordo com cada pessoa, ou seja, é específica. É importante distinguir entre uma reação e uma preocupação intensa derivada da excitação e preparação para enfrentar um desafio. Para isso acontecer, não é necessária uma ameaça física ao sujeito, mas sim uma ameaça ao seu bem-estar mental, expressada pela apreensão e pensamentos subjetivos (Harris e Harris, 1987).

Existe uma relação direta entre a ansiedade-traço e a de estado, portanto, um indivíduo com níveis elevados de ansiedade-traço tende a demonstrar níveis elevados de ansiedade-estado. A ansiedade-traço competitiva obtém os eventos esportivos como fator ameaçador que levam os atletas a responder de maneira variada em relação aos níveis de ansiedade (WEINBERG & GOULD, 2008). Outro fator de ameaça para a ansiedade-estado é a baixa autoestima que gera a diminuição da autoconfiança no rendimento do esporte, logo o desenvolvimento da autoestima reduz a ansiedade-estado e traço (WEINBERG & GOULD, 2008).

Existem diferentes fatores que exercem influência e podem desencadear a manifestação da ansiedade em indivíduos, como: sexo, idade, tempo de prática, experiências bem ou mal-sucedida e a presença ou ausência de torcida.

Ao que se refere ao sexo, Vieira *et al.* (2011) investigaram os níveis de ansiedade pré-competitiva e compararam os resultados encontrados sobre a ansiedade com os resultados conquistados pelos atletas em uma competição. Os participantes deste estudo não apontaram diferenças estatísticas significativas entre homens e mulheres em relação aos níveis de ansiedade, porém no grupo de atletas do sexo masculino, que tinham altas expectativas em conquistar bons resultados na competição, demonstraram níveis superiores de ansiedade.

O estudo de Souza, Teixeira e Lobato (2012) apontaram diferenças nas variáveis de idade e experiência no contexto da natação, em que atletas com menos experiência na modalidade e mais jovens demonstraram valores maiores de ansiedade (somática e cognitiva). Sobre a autoconfiança os resultados demonstraram escores mais elevados para os mais experientes. Os autores concluíram que os mais jovens e com menos experiência competitiva apresentam níveis maiores de ansiedade-traço e estado. Os achados de Corrêa (2017) corroboram com esses resultados uma vez que ele relata que atletas com maior idade e mais experientes apresentam maior nível de autoconfiança, ressaltando que a experiência é um importante fator para controle da ansiedade. Santos (2017) encontrou resultado semelhante ao analisar a ansiedade em iniciantes em competições de judô, e os níveis mostraram níveis de ansiedade média para alta, podendo concluir que a experiência dentro da modalidade se mostra um fator que contribui no controle da ansiedade. A pesquisa de Fernandes *et al.* (2013a) foi ao encontro destes autores uma vez que em que homens com mais experiência na modalidade apresentam maiores níveis de autoconfiança.

Segundo Interdonato, Miarka e Franchini (2013), os níveis de ansiedade durante o pré-competitivo e o competitivo em judocas, indicaram que homens e mulheres têm, estaticamente, escores maiores de ansiedade no período competitivo, quando comparado com o período pré-competitivo. Concluíram que as mulheres apresentam maiores índices de ansiedade comparados aos homens diante dos dois períodos analisados. Fernandes *et al.* (2013a) também relata que mulheres apresentam níveis maiores de ansiedade cognitiva em comparação aos homens.

A torcida pode ser um fator que proporciona ansiedade em atletas e isso pode alterar conforme os níveis de aprendizagem destes, conforme o estudo de Marques (2003), existem três fases dos atletas dentro do esporte, que podem ser classificados com iniciantes, intermediários e avançados. As pessoas com pouca experiência no esporte têm maior chance de não obter um bom rendimento nas competições, visto que a torcida pode influenciar no emocional desses indivíduos que ainda estão em fase de desenvolvimento do controle emocional (MARQUES,2003). Atletas na fase intermediária provêm de algumas vivências e experiência no âmbito da competição, isto faz com que consigam lidar melhor com a pressão da torcida em relação aos de nível iniciante. Por fim, sujeitos que estão no nível avançado que tem maior nível de experiência, dificilmente sentem-se

ameaçados ou influenciados por esta variável, uma vez que estes possuem uma maior motivação e autoconfiança (GOMES, 2018). Segundo Cratty (1984) nem sempre a presença da torcida é o fator que influencia na ansiedade dos atletas, mas sim no modo que ele lida com as emoções envolvidas pela presença desta, o que afirma a necessidade de habituar e propiciar aos atletas situações de aprendizado para lidar com a presença da torcida.

2.2 ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E VOLEIBOL

A prática esportiva constitui-se em preparação, treinos, jogos, competições, superação dos limites e da superação de adversários, entretanto, até o atleta chegar ao período de competição, há uma trajetória longa de treinos a ser percorrida, a fim de aprimorar o físico, técnico e tático (GOMES, 2018). Nas competições, os atletas obtêm maiores níveis de ansiedade em comparação aos treinos, pois as competições propiciam mais situações de imprevisibilidade (DE PERO *et al.*, 2021). A ansiedade competitiva depende da percepção do indivíduo que ao perceber, pode ocasionar adaptações positivas no corpo, preparando o corpo para o que está por vir, auxiliando na atenção e permitindo que o atleta esteja pronto para agir rápido diante das situações, em contrapartida, pode gerar inquietação e tremores que podem afetar o desempenho negativamente (PINEDA-ESPEJEL *et al.*, 2019; CHAVES & BARA FILHO, 2003).

Conforme apontado por Machado (1997), no contexto esportivo, ao se engajar em alguma modalidade esportiva, a própria prática oferece oportunidades para que outras pessoas avaliem os resultados, o que pode gerar uma sensação de ameaça aos participantes, sendo o esporte competitivo um fator desencadeante de estresse para os praticantes. O esporte em qualquer contexto, seja no de participação, educação ou rendimento, proporciona um impacto social que se transfere para o estilo de vida, e também, promove diferentes sentimentos e emoções aos atletas e aos espectadores. As emoções podem ser benéficas ou não, uma vez que o medo e a ansiedade são citados como maiores influenciadores nas derrotas no esporte (MACHADO, 1997) Momentos que antecedem uma competição alteram os níveis de ansiedade que conseqüentemente impactam no desempenho dos atletas (SILVA *et al.*, 2021).

No período da pré-competição acredita-se que existem diversos meios que influenciam no aumento dos níveis de ansiedade, como a modalidade praticada, ambiente e a torcida, mas entende-se que a torcida seja o principal causador, então se o atleta sente ameaçado diante a algum desses meios, provavelmente o nível de ansiedade aumente e influencie no seu desempenho (GOMES, 2018).

O autor Martens (1977, *apud* CRUZ, 1996, p. 37) afirma que a ansiedade competitiva, como um traço da personalidade, é um conceito que descreve variações individuais na propensão de perceber as situações competitivas como ameaças e reagir a elas com diferentes intensidades de ansiedade, ou seja, as situações competitivas que faz com que as pessoas se sintam ameaçadas relacionam com as características individuais de cada um, e que geram uma reação de ansiedade diferente para cada indivíduo.

Dentre as respostas promovidas por meio da ansiedade competitiva dividem-se em: fatores psicológicos, fisiológicos e comportamentais. Os fatores psicológicos são quando interfere na tomada de decisão, sua visão de jogo se torna limitada e diminui a concentração. No voleibol, por exemplo, quando o atleta executa muito bem o saque no treino, porém quando exposto a uma situação de competição a execução não é igual ao treino. Dentro os fatores fisiológicos, as situações promovidas pela competição promovem respostas fisiológicas pelo corpo humano, que dentre estas podem ser elevação da pressão arterial, aumento da frequência cardíaca, alterações na respiração e tensão muscular. No voleibol, atletas com disfunções fisiológicas são afetados diretamente na sua prática, por exemplo, as alterações na tensão muscular provocam interferências na coordenação motora e na execução de suas habilidades, podendo ocasionar dificuldades no desempenho. Dentre os fatores comportamentais, estão inclusas as inquietações, evitação de contato visual e os movimentos repetitivos, podendo ocorrer antes ou durante a competição (MACHADO, 2008; GOMES, 2018; ROCHA & OSÓRIO, 2018; BARBANTI, 2012).

A ansiedade competitiva pode influenciar no desempenho de um atleta, a verificação pode ser em momentos diferentes dentro do âmbito esportivo, podendo ser no período pré e pós competição (FABIANI, 2009; ZHANG *et al.*, 2020). De acordo com Fabiani (2009) o período pré-competição é onde o atleta mais sofre com a ansiedade, influenciando no desempenho. É importante para os atletas conservarem um estado psicológico adaptativo e estável durante os períodos de

competição (GÓMEZ-LÓPEZ *et al.*, 2020). De acordo com Fortes (2019), a ansiedade cognitiva tem impactos negativos em relação à tomada de decisão do saque, recepção e levantamento em atletas de voleibol masculino. Atletas ansiosos tendem a errar mais passes, tempo de bola e apresentam maiores erros de coordenação (ŞEKEROĞLU, 2019), contudo, atletas com altos níveis de autoconfiança tendem a perceber os aspectos de ansiedade como um aspecto positivo para o seu desempenho e de melhora do trabalho coletivo da equipe (LEONARDI *et al.*, 2014).

3 MÉTODOS

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O presente estudo trata-se de um estudo transversal, por realizar uma pesquisa em um momento pontual (FONTELLES *et al.*, 2009). Apresenta natureza quantitativa, aplicada, descritiva, a qual propõe a utilização da quantificação dos resultados em números, que compreende utilizar os instrumentos com protocolos bem estabelecidos e neutros, utilizando de bases estatísticas para analisá-los para a compreensão da população alvo (FONSECA, 2002). Entende-se que as pesquisas descritivas baseiam em relatar ou caracterizar fenômenos que podem ser estudados por meio de amostra da população.

3.2 PARTICIPANTES

A população do estudo foi composta por atletas da equipe de voleibol da Palhoça, vinculada à Fundação municipal de esportes e cultura (FMEC) pertencente à região da grande Florianópolis/SC.

3.2.1 Critério de elegibilidade

Para ser incluído na pesquisa, o voluntário deveria ser atleta de voleibol há pelo menos seis meses, estar inscrito na equipe de voleibol da Palhoça e ser do sexo masculino.

3.3 ASPECTOS ÉTICOS

Este estudo foi realizado após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEPSH-UFSC), CAAE: 73877223.3.0000.0121. Os participantes responderam ao questionário após receber informação sobre os procedimentos aos quais foram submetidos, consentindo a sua participação após assinarem o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) (APÊNDICE 1). No caso de atletas menores de idade, os pais

dos atletas aceitaram a participação do menor e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE 2).

3.4 INSTRUMENTO

Os dois instrumentos utilizados foram: a) questionário de caracterização sociodemográficas dos participantes (APÊNDICE 3), o qual continha questões de identificação geral do sujeito (idade, cor da pele e tempo de prática na modalidade) e b) CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory – 2r, Reduced Version*) (ANEXO 1), utilizado para verificar o nível de ansiedade pré-competitiva, em que foi preenchido individualmente pelos atletas 30 minutos antes do início da partida.

O CSAI-2r é composto por 17 itens que mensuram três subescalas: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança a qual está disposta em uma escala tipo Likert de 4 pontos, ao qual o sujeito opta por 1 (nada), 2 (um pouco), 3 (moderadamente) e 4 (muito) de acordo a cada pergunta, portanto, o número mais próximo de 1 corresponde a um nível de ansiedade baixo, enquanto valores mais próximos de 4 indicam um nível de ansiedade elevado. Para identificar a ansiedade cognitiva soma-se os itens 2, 5, 8, 11, 14, a ansiedade somática soma-se os itens 1, 4, 6, 9, 12, 15 e 17 e a autoconfiança os itens 3, 7, 10, 13 e 16. A dimensão utilizada no presente estudo foi de intensidade, entretanto para compreender e interpretar os dados, soma-se as respostas dos itens de cada subescala (cognitiva, somática e autoconfiança) e divide-se esta soma dos itens pelo número de quantidade de questões, obtendo um resultado com número de 1 a 4 (FERNANDES *et al.*, 2013b).

3.5 PROCEDIMENTO DA PESQUISA

Primeiramente, o pesquisador explicou sobre o objetivo e procedimentos do estudo a todos os envolvidos (técnicos, pais e atletas) a participação foi consentida após a assinatura do TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido), para os participantes menores de 18 anos, e TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) para os indivíduos com faixa etária ≥ 18 anos e para os pais ou responsáveis dos atletas menores de idade.

As coletas de dados foram realizadas em dois campeonatos: a) Final da liga sul sub-19, série prata e b) Olesc (Olimpíadas estudantil Catarinense) no sub-17. O

seguinte protocolo foi adotado: 1º - os participantes responderam ao questionário sociodemográfico em um dia de treino. 2º - os participantes no dia da competição, foram encaminhados a uma sala reservada juntamente com o pesquisador, 30 minutos antes do jogo para responder o questionário CSAI-2r.

3.6 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram coletados e transcritos para uma planilha no Excel para posteriormente iniciar a análise de dados através do pacote IBM SPSS Statistic 20®. A análise de dados foi realizada através da estatística descritiva, por meio da média, desvio padrão e distribuição de frequência absoluta e relativa. Foi realizado o teste de Shapiro-Wilk e de Levene para verificar a normalidade e homogeneidade dos dados, respectivamente. Em seguida, utilizou-se o teste t de *Student* a fim de verificar as diferenças para os *scores* das dimensões de ansiedade (cognitiva, somática e autoconfiança) entre os atletas do sub-19 e sub-17, considerou-se nível de significância de 5%.

4 RESULTADOS

Este estudo obteve um total de 18 participantes (tabela 1), sendo cinco atletas da categoria sub-17 e 13 atletas da categoria sub-19. Dentre estes a categoria sub-17, quatro atletas com 15 anos de idade e um atleta com 14 anos de idade e a média de $14,85 \pm 0,37$ anos. Na categoria sub-19 percebe-se que um atleta possui 14 anos de idade, dois atletas com 15 anos, dois atletas com 16 anos, cinco atletas com 17 anos e três com 18 anos ($16,5 \pm 1,26$ anos).

A tabela 1 mostra que 4 atletas de cada grupo, representando 44,44% da amostra possuem tempo de prática de ≥ 12 meses e < 24 meses. Seguido por quatro atletas do sub-19 (27,77%), com tempo de prática de ≥ 24 meses e < 36 meses.

Ao que se refere ao tempo de prática, a amostra teve uma média de $23,52 \pm 17,90$ meses, sendo o sub-17 e sub-19 com média de $13,85 \pm 4,37$ e $28,35 \pm 20,22$ meses, respectivamente.

Tabela 1. Características dos atletas participantes da pesquisa.

Variáveis	Sub-17	Sub-19
	n (%)	n (%)
Cor da pele		
Branco	4 (80)	7 (53,8)
Idade		
14 anos	1 (20)	1 (7,69)
15 anos	4 (80)	2 (15,3)
16 anos	0	2 (15,3)
17 anos	0	5 (38,46)
18 anos	0	3 (23,09)
Tempo de prática		
< 12 meses	1 (20)	1 (7,69)
≥ 12 meses < 24 meses	4 (80)	4 (30,76)
≥ 24 meses < 36 meses	0	5 (38,46)
≥ 36 meses	0	3 (23,09)

Nota: n - número de atletas; % - porcentagem.

Na tabela 2, nota-se que a maior parte (77,77%) dos atletas, concentram-se em um nível de ansiedade pré-competitiva < 2 , sendo três atletas do sub-17 e 11 atletas do sub-19. Seguido por 22,22% dos atletas com nível de ansiedade pré-competitiva de ≥ 2 e < 3 , sendo dois atletas de cada grupo. A média do nível de

ansiedade pré-competitiva da amostra no sub-17 foi de $2,17 \pm 0,51$ e $2,21 \pm 0,31$ para atletas do sub-19.

Na perspectiva da ansiedade cognitiva metade dos atletas, concentram-se em um nível de ansiedade cognitiva <2 , sendo um atleta do sub-17 e oito atletas do sub-19, enquanto na ansiedade somática 72,22% dos atletas, apresentaram um nível de ansiedade somática <2 , sendo quatro atletas do sub-17 e nove do sub-19. Na dimensão autoconfiança 61,11% dos atletas, representado por 11 atletas do sub-19, possuem um nível de autoconfiança ≥ 3 . Seguido por 27,77% da amostra, quatro atletas do sub-17 e um do sub-19, com um nível de autoconfiança ≥ 2 e <3 .

Tabela 2. Valores descritivos de ansiedade pré-competitiva e suas perspectivas (cognitiva, somática e autoconfiança).

Variáveis	Sub – 17 n(%)	Sub – 19 n(%)
Ansiedade pré-competitiva		
< 2	3(60)	11(84,61)
$\geq 2 < 3$	2(40)	2(15,39)
Ansiedade cognitiva		
< 2	1(20)	8(61,53)
$\geq 2 < 3$	2(40)	3(23,07)
≥ 3	2(40)	2(15,4)
Ansiedade Somática		
< 2	4 (80)	9(69,23)
$\geq 2 < 3$	0	4(30,77)
≥ 3	1(20)	0
Autoconfiança		
< 2	1(20)	1(7,69)
$\geq 2 < 3$	4(80)	1(7,69)
≥ 3	0	11(84,62)

Nota: n - número de atletas; % - porcentagem.

Os resultados da tabela 3 mostraram a comparação das dimensões do CSAI-2r, o qual apresentou valor significativo apenas para a dimensão de autoconfiança. De maneira geral, os atletas do Sub-19 apresentaram valores maiores para autoconfiança quando comparados aos atletas do sub-17 ($p = 0,012$).

Tabela 3. Comparação das dimensões do CSAI-2r (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança) entre atletas de voleibol sub-19 e sub-17, Florianópolis/SC (n=18)

Variáveis	Sub – 17 $\bar{x} \pm DP$	Sub – 19 $\bar{x} \pm DP$	p-valor
------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	----------------

Ansiedade cognitiva	1,77 ± 0,83	2,60 ± 0,55	0,057
Ansiedade somática	1,69 ± 0,75	2,00 ± 1,23	0,522
Autoconfiança	2,40 ± 0,548	3,31 ± 0,63	0,012

Nota: \bar{x} - média; DP - desvio padrão.

Os resultados da tabela 4, demonstram a relação da ansiedade pré-competitiva com as variáveis idades e tempo de prática, separando em duas categorias, a Sub-17 e a Sub-19.

Tabela 4. ansiedade pré-competitiva em relação a idade e tempo de prática das categorias sub-17 e sub-19.

Variáveis	Sub-17 - n (%)			Sub-19 - n (%)		
	< 2	≥ 2 < 3	≥ 3	< 2	≥ 2 < 3	≥ 3
Idades						
14 e 15 anos	1 (20)	4 (80)	0	0	3 (23,07)	0
16 e 17 anos	0	0	0	2 (15,38)	5 (38,46)	0
18 anos	0	0	0	1 (7,69)	1 (7,69)	1 (7,69)
Tempo de prática						
< 12 meses	0	1	0	1 (7,69)	0	0
≥ 12 meses < 24 meses	1	3	0	1 (7,69)	3 (23,07)	0
≥ 24 meses < 36 meses	0	0	0	1 (7,69)	4 (30,76)	0
≥ 36 meses	0	0	0	1 (7,69)	2 (15,38)	0

Nota: n - número de atletas; % - porcentagem.

5 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo investigar o nível de ansiedade pré-competitiva de jovens jogadores de voleibol antes de uma partida de voleibol em uma competição, em atletas pertencentes a um clube na região da grande Florianópolis/SC.

Pode-se verificar que os atletas da categoria sub-17 e sub-19, mostraram baixos níveis de ansiedade cognitiva ($2,60 \pm 0,61$ e $1,72 \pm 0,70$ respectivamente) e somática ($1,94 \pm 0,93$ e $1,78 \pm 0,64$ respectivamente), porém houve diferença estatística na autoconfiança ($p=0,012$), já que os atletas do sub-17 apresentaram níveis mais baixos de autoconfiança ($2,40 \pm 0,548$) quando comparados aos atletas do sub-19 ($3,31 \pm 0,63$).

Essa descoberta está em consonância com as conclusões de Corrêa (2017), que defende que atletas mais velhos e experientes em uma modalidade têm maior confiança em si mesmos. A confiança em si mesmo está associada a pensamentos e expectativas positivas que o atleta cultiva em relação ao seu desempenho esportivo, fator importante para o controle da ansiedade. Comparativamente, os atletas sub-17, por serem mais jovens e menos experientes, apresentaram menor nível de autoconfiança em comparação aos atletas sub-19, que são mais velhos e experientes. Dessa forma, os atletas do sub-19 tendem a enfrentar menos ansiedade diante de competições esportivas. Além disso, Leite *et al.* (2011) afirma que quanto maiores os níveis de autoconfiança, os jovens tendem a interpretar a competição como algo desafiador e não como algo ameaçador, que para o esporte pode ser benéfico, desta forma os níveis de ansiedade tendem a diminuir e o desempenho das equipes podem melhorar conforme apresentem maiores níveis de autoconfiança.

No que concerne ao fator idade, os autores Souza, Teixeira e Lobato (2012) e Corrêa (2017), citam que os atletas mais jovens e menos experientes nas modalidades esportivas apresentam maior nível de ansiedade. No entanto, em relação à idade, os resultados desta pesquisa não coincidem com essa afirmação, já que foi constatado que os 18 atletas participantes do estudo demonstraram níveis baixos de ansiedade pré-competitiva. Do total, 8 atletas (33%) tinham 14 e 15 anos, seguidos por sete atletas (27%) com 16 e 17 anos, e três atletas (16%) com 18 anos. Portanto, independentemente da faixa etária dos atletas, todos apresentaram

níveis baixos de ansiedade pré-competitiva geral, corroborando com o estudo de Sousa *et al.*, (2023), que analisou a ansiedade pré-competitiva em 27 atletas de esportes coletivos, de ambos os sexos, e identificou que a idade não influencia nos níveis de ansiedade pré-competitiva.

A ansiedade cognitiva se refere a pensamentos negativos e preocupações com o desempenho na partida (GOMES, 2018; SANTOS, 2020). A maioria da amostra, 14 atletas, mostrou baixos níveis de ansiedade cognitiva, enquanto apenas quatro atletas apresentaram escores ≥ 3 nos níveis de ansiedade cognitiva, ou seja, caracterizado como níveis elevados de ansiedade cognitiva. Vale ressaltar que dois dos atletas com altos níveis de ansiedade cognitiva são os mais velhos da equipe, com tempos de prática razoáveis de 24 e 36 meses. Os resultados indicam que, quando se trata de níveis de ansiedade cognitiva, a idade e o tempo de prática não parecem ter tanta importância, isso ocorre porque entre os atletas com altos níveis de ansiedade cognitiva, há jogadores mais novos e mais velhos, assim como jogadores menos experientes e mais experientes. Segundo a teoria de Trevelin e Alves (2018), a origem mais comum da ansiedade são as pressões externas e as cobranças do atleta em relação ao seu desempenho esportivo. Portanto, pode-se dizer que os atletas que não têm altas pontuações de ansiedade podem não estar tendo pensamentos negativos, conseqüentemente, apresentando menor preocupação com o desempenho e cobrando pouco de si, não gerando efeito nos níveis de ansiedade, indicativo de que a idade e o tempo de prática não são fatores que influenciam na ansiedade.

Assim, os achados vão de encontro com o estudo de Freire *et al.* (2020), o qual relatam que à medida que adquirem mais experiência na modalidade, os atletas tendem a ter menos pensamentos negativos e preocupações e conseqüentemente ser menos ansiosos em relação a ansiedade cognitiva.

A maior parte da amostra, 14 atletas, demonstram baixo nível de ansiedade pré-competitiva, sendo 11 atletas do sub-19, que possuem maior tempo de prática na modalidade, ou seja, mais experientes. No sub-17 por mais que obtenha uma amostra menor, três dos cinco atletas possuem níveis baixo nível de ansiedade pré-competitiva, estes três atletas possuem um tempo de prática de 12 meses, indo ao encontro com o estudo de Fernandes *et al.* (2014) que diz que o tempo de prática influencia na ansiedade pré-competitiva, já que quanto maior o tempo de experiência na modalidade tendem a ser menores os níveis de ansiedade pré competitiva.

Dos 18 atletas participantes da pesquisa, 14 atletas obtiveram níveis baixos de ansiedade pré-competitiva: oito atletas com tempo de prática ≥ 12 meses e < 24 meses, seguido de cinco atletas com tempo de prática ≥ 24 meses e < 36 meses. Dentre os seis atletas com tempo de prática ≥ 12 meses e < 24 , todos os participantes demonstraram ter níveis reduzidos de ansiedade pré-competitiva. Entretanto, dentre os cinco atletas com experiência de treinamento igual ou superior a 24 meses, porém menor que 36 meses, também foram observados níveis baixos de ansiedade pré-competitiva em todos eles. Esses resultados parecem divergir da literatura, pois se esperava que os atletas que tivessem menos tempo de prática na modalidade apresentassem maiores níveis de ansiedade somática e cognitiva (FERNANDES *et al.*, 2014; MORAIS *et al.*, 2020). Segundo Fernandes *et al.* (2014) e Morais *et al.* (2020) a experiência na modalidade é um fator que influencia nos níveis de ansiedade pré-competitiva e proporciona maior auto confiança aos atletas o que na prática se traduziria em menores pensamentos negativos em relação ao desempenho esportivo e conseqüentemente menores níveis de ansiedade pré-competitiva.

Entretanto, o tempo de prática não se mostrou decisivo para influenciar nos níveis de ansiedade pré-competitiva. Provavelmente, isso se deve ao fato de que, independentemente do tempo de prática dos atletas, a maioria deles se concentrou em níveis baixos de ansiedade pré-competitiva.

Uma limitação deste estudo, refere-se a falta de informações precisas sobre quantos campeonatos cada atleta participou, tendo como possibilidade de que os participantes da pesquisa possam ter competido em diversos campeonatos, o que aumentaria a autoconfiança e reduziria a ansiedade. Isso reforça a importância da experiência competitiva para o controle da ansiedade, que pode ter influenciado nos baixos níveis de ansiedade pré-competitiva (FERNANDES *et al.*, 2014). Sugere-se que esta pesquisa seja realizada em atletas de outros clubes, aumentando o número de respondentes.

Este estudo destaca como um ponto forte o fato de que a maioria dos jogadores de voleibol pode não apresentar altos níveis de ansiedade pré-competitiva. No entanto, alguns atletas estão próximos de níveis elevados ou até mesmo apresentam esses níveis elevados de ansiedade. É importante ressaltar que, entre essa minoria de atletas com níveis elevados, se algum deles for fundamental

para a equipe, isso possivelmente poderá afetar seu desempenho e o resultado positivo da equipe.

Outro aspecto é enfatizar e incentivar discussões sobre esse tema, para que os treinadores e técnicos possam pensar em maneiras de cultivar pensamentos positivos, confiança em si mesmos, técnicas de respiração e mentalização, a fim de lidar da melhor forma possível com a ansiedade dos atletas.

6 CONCLUSÃO

A ansiedade é um sentimento natural decorrente de situações que envolvam algo novo, apreensão ou medo. No ambiente esportivo, podemos observar que os níveis de ansiedade podem variar dependendo da situação em que o atleta se encontra, além de outros fatores que podem influenciar nos níveis de ansiedade pré-competitiva, como idade, tempo de prática, experiência competitiva, gênero, pressão externa e interna, exigências de resultados positivos, entre outros. Portanto, cada atleta reage de forma diferente em relação à ansiedade diante das situações provenientes do ambiente competitivo, compreendendo que, para alguns atletas, altos níveis de ansiedade podem auxiliar na concentração e no desempenho esportivo. Por outro lado, alguns atletas lidam mal com altos níveis de ansiedade, o que pode influenciar no desempenho esportivo.

Esta pesquisa mostra que ambas as categorias possuem níveis baixos de ansiedade, no entanto, os atletas da categoria sub-17 apresentam níveis ligeiramente superiores em relação aos atletas sub-19, embora ainda não sejam considerados níveis elevados de ansiedade pré-competitiva. Por outro lado, quando se trata de autoconfiança, os atletas sub-19 apresentaram valores superiores aos atletas sub-17.

Portanto, pode-se concluir que os jogadores sub-19 se sentem mais confiantes antes de um jogo de vôlei. O tempo de prática na modalidade de voleibol mostrou não ser decisivo para influenciar nos níveis de ansiedade pré-competitiva, já que independente do tempo de prática, na modalidade de voleibol, os participantes do estudo apresentaram baixos níveis de ansiedade.

REFERÊNCIAS

- BARBANTI, Elaine Jany. Psicologia do esporte de reabilitação: exercício físico e depressão. São Paulo: **Phorte**, 2012
- BOMPA, T.O. Periodização: teoria e metodologia do treinamento. 4ª ed. São Paulo: **Phorte**, 2002.
- CASTILLO ARGL, RECONDO R, ASBAHR FR, Manfro GG. Transtornos de ansiedade. **Rev Bras Psiquiatr**, 22(suppl II): 20-23, 2000.
- CHAVES, A. D.; BARA FILHO M. G. A influência dos pais na ansiedade pré-competitiva na natação. *Vida & Saúde, Juiz de Fora*, v. 2, n. 2, p. 1-11, 2003.
- CORRÊA, W. H. Basquete sobre rodas: análise da ansiedade pré-competitiva. **Revista da associação brasileira de atividade motora adaptada**, v. 17, n. 02, 28 mar. 2017.
- COSTA, G. D. C. T. et al. Determinantes táticas do jogo praticado pelo atacante central no voleibol masculino. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, v. 18, n. 3, p. 371–379, 14 jul. 2016.
- CRATTY, BRYANT. J. Psicologia no esporte. 2 ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1984.
- CRUZ, J. F. S. A. Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva. 1. ed. Braga: Universidade do Minho, 1996.
- DA SILVA, T. H. *et al.* Nível de estresse e ansiedade adolescentes em praticantes de voleibol recreativo-educacional e competitivo. *Revista Horizonte*, v. 1, n. 24, pág. 53-69, 2022.
- DE PERO, R. et al. The relationships between precompetition anxiety, self-efficacy, and fear of injury in elite teamgym athletes. *Kinesiology*, v. 45, n. 1, p. 63-72, 2013. Disponível em: . Acesso em: 29 out. 2021.
- Fabiani, M.T. . Psicologia do esporte: a ansiedade e o estresse pré-competitivo. Paraná,2009.
- FEIJÓ, O.G. Psicologia para o Esporte. Rio de Janeiro: Ed. Shape, 1998.
- FERNANDES, M. G. *et al.* Fatores influenciadores da ansiedade competitiva em atletas Brasileiros. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, [S.L.], v. 15, n. 6, p. 1-1, 27 ago. 2013a. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2013v15n6p705>.
- FERNANDES, M. G. *et al.* O CSAI-2: Um Exame da Validade Fatorial do Instrumento e Confiabilidade das Dimensões Intensidade, Direção e Frequência com Atletas Brasileiros. *Journal Of Applied Sport Psychology*, [s. l], p. 377-391, 2013b.

- FERNANDES, M.G. *et al.* Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos. *Motricidade*. 2014;10(2):81–9.
- FONSECA, J. J. S. Metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.
- FREIRE, G. L. M. *et al.* Desenvolvimento de habilidades para a vida em adolescentes praticantes de esportes individuais. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [s. l.], v. 9, n. 8, p. 1-19, 2020.
- FONTELLES, M. J. *et al.* Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. **Rev Eletron Educação**, [s. l.], p. 1-8, 2009.
- FORTES, L. DE S. Efeito da Ansiedade Competitiva sobre a Tomada de Decisão em Jovens Atletas de Voleibol. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 35, 2 dez. 2019.
- LENHARDTK, G;CALVETTI, P.Ü. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. *Aletheia* v.50,n.1-2, p.111-122, 2017.
- GOMES, Priscilly Bordim Cezario. Ansiedade pré competição em atletas da categoria infanto-juvenil da associação atlética sinopense de Voleibol. 2018. 84 f. TCC - Curso de Educação Física, Curso de Educação Física, Faculdade de Sinop, Sinop/Mt, 2018. Cap. 1.
- GÓMEZ-LÓPEZ, M. *et al.* Effects of Motivational Climate on Fear of Failure and Anxiety in Teen Handball Players. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, [S.L.], v. 17, n. 2, p. 592, 16 jan. 2020. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17020592>.
- GUERREIRO, Diogo F. *et al.* Association Between Deliberate Self-Harm and Coping in Adolescents: a critical review of the last 10 years' literature. *Archives Of Suicide Research*, [S.L.], v. 17, n. 2, p. 91-105, abr. 2013. Informa UK Limited. <http://dx.doi.org/10.1080/13811118.2013.776439>.
- HARRIS, D. V. & HARRIS, B. L. *Psicología del Deporte. Integración mente corpo. Barcelona*, Hispano Europea, 1987.
- INTERDONATO, Giovanna Carla e MIARKA, Bianca e FRANCHINI, Emerson. Análise da ansiedade pré-competitiva e competitiva de jovens judocas. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, v. 8, n. 2, p. 471-479, 2013.
- LAVOURA, Tiago Nicola. Estados emocionais: a investigação do medo no contexto esportivo. 2007. 388 f. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2007.
- LEITE, G. S. F. *et al.* Influência do estresse em eventos competitivos relacionados à dança. **Lect Educ Física y Deport**, São Paulo, p. 1-9, 2011.
- MACHADO, A. A. *Psicologia do esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo*. São Paulo: Guanabara Koogan, 2006.

MACHADO, A. *Psicologia do Esporte temas emergentes I: Ápice Editora: Jundiaí SP, 1997.*

MARQUES, Márcio geller. *Psicologia do esporte: aspectos em que os atletas acreditam. Editora da ULBRA, 2003.*

MARTENS, R.; VEALEY, R. S.; BURTON, D. *Competitive Anxiety In Sport. Human Kinetics, 1990.*

OKAZAKI, F. H. A. *Estudo da relação da auto-estima com o estresse pré competitivo e performance do atleta de voleibol feminino de alto rendimento. 2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2005.*

LUCENA-SANTOS, P. et al. *Terapias Comportamentais de Terceira Geração: Guia para Profissionais. Novo Hamburgo: Synopsys, 2015.*

LEONARDI, T.J. *et al.* PEDAGOGIA DO ESPORTE: INDICATIVOS PARA O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DO INDIVÍDUO. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 41-58, 2014.*

PERO, Roberta de *et al.* The Stress of Competing: cortisol and amylase response to training and competition. **Journal Of Functional Morphology And Kinesiology**, [S.L.], v. 6, n. 1, p. 5, 4. jan. 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ifmk6010005>

PINEDA-ESPEJEL, Heriberto Antonio *et al.* Estilos interpersonales, factores disposicionales, autoconfianza y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, [S.L.], v. 20, n. 1, p. 10-24, 4 dez. 2019. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia. <http://dx.doi.org/10.6018/cpd.397001>.

REES, T. et al. The great British medalists project: a review of current knowledge on the development of the world's best sporting talent. *Sports medicine*, v. 46, n. 8, p. 1041-1058, 2016.

RICHTER, Gustavo Henrique; ROTHER, Rodrigo Lara. Relações entre ansiedade-estado pré-competitiva e performance esportiva em atletas do voleibol feminino de base. **Europub Journal Of Health Research**, [S.L.], v. 4, n. 1, p. 31-47, 12 jun. 2023. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.54747/ejhrv4n1-003>.

ROCHA, Viviane Vedovato Silva; OSÓRIO, Flávia de Lima. Associations between competitive anxiety, athlete characteristics and sport context: evidence from a systematic review and meta-analysis. **Archives Of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, [S.L.], v. 45, n. 3, p. 67-74, maio 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0101-60830000000160>.

SANTANA, B. A. *et al.* VARIABILIDADE DOS NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA AO LONGO DE UMA COMPETIÇÃO: estudo de caso com o basquetebol. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, [S.L.], v. 29, n. 3, p. 1-16, 22 mar. 2022. Universidade Católica de Brasília.

SANTOS, I. *et al.* Ansiedade pré-competitiva em atletas de diferentes esportes: um estudo de revisão. **Revista Mundi Saúde e Biológicas (Issn: 2525-4766)**, [S.L.], v. 4, n. 2, p. 1-28, 14 jan. 2020. Revista Mundi.
<http://dx.doi.org/10.21575/25254766msb2019vol4n2916>.

SANTOS, M. H. Dos; MIRANDA, D. F. A.; LUIS, D. A.; SOUZA, J. de O.; SILVA, F. P. Da; YOUSSEF, A. L.; ARANHA, A. C. M. Análise dos aspectos da ansiedade pré competição em atletas iniciantes de judô. *American journal of Sports Training*, Erechim, n. 2001, p. 1–9, 2017.

ŞEKEROĞLU, M. Ö. *et al.* Um exame do estado pré-competição e pós-competição Níveis de ansiedade das atletas da seleção russa de vôlei feminino. **Revista de Estudos de Educação e Treinamento**, [s. l.], v. 7, n. 6, p. 19-26, mar. 2019.
<https://doi.org/10.11114/jets.v7i5.4185>

SILVA, V. J. *et al.* Ansiedade, autoeficácia e eficácia coletiva no voleibol: um estudo comparativo em jogadores de diferentes categorias. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, Brasília, v. 11, p. 179-200, nov. 2021.

SOUSA, B. M. G. *et al.* A influência da idade nos níveis de ansiedade pré-competitiva de atletas de esportes coletivos. **Conexões**, [S.L.], v. 20, p. 1-18, 16 fev. 2020. Universidade Estadual de Campinas.
<http://dx.doi.org/10.20396/conex.v20i00.8668350>.

SOUZA, Mario Alberto Pereira; TEIXEIRA, Robson Bonoto; LOBATO, Paulo Lanes. Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. *Revista da Educação Física/Uem*, [S.L.], v. 23, n. 2, p. 1-1, 28 jul. 2012. Universidade Estadual de Maringá. <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v23i2.14737>.

SPIELBERGER, C. D. *Anxiety: cursive trends in theory and research*. New York: Academic Press, 1972.

TREVELIN F, ALVES CF. Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta. *Psicol Rev.* 2018;27:545–62.

VIEIRA, L. F. *et al.* Autoeficácia e nível de ansiedade em atletas jovens do atletismo paranaense. DOI: 10.5007/1980-0037.2011v13n3p183. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, [S.L.], v. 13, n. 3, p. 1-1, 28 abr. 2011. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2011v13n3p183>.

ZHANG, Wen-Rui *et al.* Mental Health and Psychosocial Problems of Medical Health Workers during the COVID-19 Epidemic in China. *Psychotherapy And Psychosomatics*, [S.L.], v. 89, n. 4, p. 242-250, 2020. S. Karger AG.
<http://dx.doi.org/10.1159/000507639>.

WEINBERG, Robert; GOULD, Daniel. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

APÊNDICE A - Termo de assentimento livre e esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CENTRO DE DESPORTOS
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO “ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL.”

O que significa assentimento? O assentimento significa que você concorda em fazer parte de um grupo de adolescentes da sua faixa de idade, para participar de uma pesquisa. Seus direitos serão respeitados e você receberá todas as informações, por mais simples que possam parecer. Pode ser que este documento denominado TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO contenha palavras que você não entenda. Por favor, peça ao responsável pela pesquisa ou à equipe do estudo para explicar qualquer palavra ou informação que você não entenda claramente.

Prezado atleta,

Você está sendo convidado a participar da pesquisa de conclusão de curso, intitulado “Ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis” do graduando Ray Luiz Henrique Rodrigues da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Departamento de Educação Física com orientação do Prof. Dr Jucemar Benedet. A pesquisa possui a autorização do representante legal da instituição Fundação Municipal de Esportes e Cultura da Palhoça (Modalidade voleibol). O objetivo da pesquisa é investigar o nível da ansiedade pré-competitiva de jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis/SC.

A pesquisa seguirá a seguinte sequência:

1º - Os atletas menores de idade para participar da pesquisa deverão obter o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) devidamente assinado pelos responsáveis por vocês.

2º - Após a autorização dos responsáveis por vocês por meio da assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), vocês atletas menores de idade se quiserem participar deverão assinar este documento o TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido) afirmando que desejam participar da pesquisa. Vocês têm o direito de não querer participar da pesquisa mesmo que seus pais ou responsáveis assinaram o TCLE.

3º - Os atletas que aceitarem e cumprirem com as etapas acima, então participarão da pesquisa. A pesquisa será efetuada no dia de uma competição disputada pela equipe. Os atletas responderam 30 minutos antes do início do jogo da equipe de vôlei a dois questionários: a) questionário de caracterização sociodemográficas dos participantes, o qual contém questões de identificação geral do sujeito (idade, cor da pele e tempo de prática na modalidade e clube que joga). Este questionário tem objetivo de elencar dados importantes sobre o atleta que podem obter associação com os níveis de ansiedade pré competitiva e b) o

questionário CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory –2r, Reduced Version*), para verificar o nível de ansiedade pré-competitiva, podendo durar por volta de 10 minutos para responder todas as perguntas, que contém 17 itens, relacionadas em como o atleta se sente nos momentos que antecedem a partida de vôlei considerando a ansiedade cognitiva que são os pensamentos de expectativas ou negativos antes dos jogos, a ansiedade somática que são como o corpo responde a ansiedade, por exemplo o suor nas mãos, tensão na musculatura, “frio na barriga” e por fim a autoconfiança que diz respeito ao quanto o atleta está confiante para realizar as ações no jogo.

Você não pagará e nem receberá dinheiro pela sua participação, no entanto, haverá ressarcimento caso você tenha gastos para fins desta pesquisa. Você terá direito à indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo ou despesas devidamente comprovadas.

Os benefícios desta pesquisa são somente os benefícios indiretos, ou seja, a obtenção de dados que possibilitem a identificação quão ansiosos estão os jovens atletas de voleibol, antes de iniciar a partida de voleibol no ambiente de competição. A partir destas informações, conversas e discussões sobre os temas poderão acontecer a fim de entender mais sobre a ansiedade pré-competitiva.

Este estudo apresenta riscos, no sentido de que existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que estão presentes no questionário. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo, retornando a coletar os dados sob a sua aprovação, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. Assumimos a responsabilidade de manter sigilo e confidencialidade das informações, garantindo que sua identificação não será exposta. Porém, acrescentamos que, apesar dos esforços e das providências necessárias tomadas pelos pesquisadores, sempre existe a remota possibilidade de quebra de sigilo, ainda que involuntária e não intencional, mesmo assim redobramos os cuidados para que isto não aconteça.

Nos resultados desta pesquisa, o seu nome não será revelado, ou qualquer informação relacionada à sua privacidade. Informamos que os resultados dessa pesquisa poderão ser apresentados em eventos de estudos, mas que será mantido segredo da sua privacidade. Serão seguidas as regras e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

Você pode escolher participar ou não do estudo e de responder o questionário. Não há qualquer problema se não quiser. Você também tem o direito de desistir da pesquisa quando quiser, sem prejuízos, caso não queira participar ou desista, isto não causará prejuízo na sua atuação como atleta na equipe. Se optar por não participar no dia que será proposto, você poderá ficar no ginásio com o treinador, sem qualquer problema.

Este documento está redigido em duas vias e deverá ser assinado em todas as suas páginas por você e pelo pesquisador responsável e assinado ao seu término. Uma das vias ficará com você e a outra com a pesquisadora responsável.

Estaremos disponíveis para quaisquer esclarecimentos no decorrer do estudo. Você poderá entrar em contato conosco com a Prof. Dr. Jucemar Benedet, no telefone: (48) 9960-8893. Você também poderá pedir para o seu responsável entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da UFSC pelo telefone (48) 3721.6094. Esse comitê irá cuidar para que toda a pesquisa funcione do modo como foi explicado nesse documento.

Jucemar Benedet
(Pesquisador responsável)

Ray Luiz Henrique Rodrigues
(Pesquisador responsável)

DECLARAÇÃO DO (A) PARTICIPANTE

Eu, _____
li e discuti com o responsável pelo estudo tudo que estava escrito neste documento. Entendo que eu sou livre para aceitar ou não, e que posso parar de participar a qualquer momento sem dar uma razão. Eu concordo que todas as respostas serão usadas para entender como me sinto antes de uma partida de voleibol. Eu entendi a informação apresentada neste TERMO DE ASSENTIMENTO. Eu tive a oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas perguntas foram respondidas. Eu receberei uma cópia assinada e datada deste Documento. Diante do exposto, expresso minha concordância em participar deste estudo.

Assinatura do participante

Florianópolis, ___/___/2023.

APÊNDICE B - Termo de consentimento livre e esclarecido (pais)

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CENTRO DE DESPORTOS
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

“ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL.”

Prezado (a) Senhor (a),

Gostaríamos de convidar o seu filho para participar da pesquisa de conclusão de curso, intitulado “Ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis” do graduando Ray Luiz Henrique Rodrigues da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Departamento de Educação Física com orientação do Prof. Dr Jucemar Benedet. A pesquisa possui a autorização do representante legal da instituição Fundação Municipal de Esportes e Cultura da Palhoça (Modalidade voleibol). O objetivo da pesquisa será identificar o nível de ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis.

A pesquisa seguirá a seguinte sequência:

1º - Os atletas menores de idade para participar da pesquisa deverão obter este TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) devidamente assinado pelos senhores(as).

2º - Após a autorização dos senhores (as) por meio do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), os atletas menores de idade para participar da pesquisa assinarão o TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido) afirmando que desejam participar da pesquisa.

3º - Os atletas que aceitarem e cumprirem com as etapas acima, então participarão da pesquisa. A pesquisa será efetuada no dia de uma competição disputada pela equipe. Os atletas responderão 30 minutos antes do início do jogo da equipe de vôlei a dois questionários: a) questionário de caracterização sociodemográficas dos participantes, o qual contém questões de identificação geral do sujeito (idade, cor da pele e tempo de prática na modalidade e clube que joga). Este questionário tem objetivo de elencar dados importantes sobre o atleta que podem obter associação com os níveis de ansiedade pré-competitiva e b) o questionário CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory –2r, Reduced Version*), para verificar o nível de ansiedade pré-competitiva, podendo durar por volta de 10 minutos para responder todas as perguntas, que contém 17 itens, relacionadas em como o atleta se sente nos momentos que antecedem a partida de vôlei considerando a ansiedade cognitiva que são os pensamentos de expectativas ou negativos antes dos jogos, a ansiedade somática que são como o corpo responde a ansiedade, por exemplo o suor nas mãos, tensão na musculatura, “frio na barriga” e pôr fim a autoconfiança que diz respeito ao quanto o atleta está confiante para realizar as ações no jogo.

A pesquisa terá como objetivo principal obter informações acerca do processo de como o atleta se sente nos momentos que antecedem a uma partida de campeonato de voleibol, tendo em vista que o foco da pesquisa está voltado para as particularidades de cada jovem atleta, sabendo que cada uma lida de formas diferentes, demonstram comportamentos diferentes quando dispostos a um ambiente de competição

A participação de seu filho será totalmente voluntária e o mesmo poderá recusar ou mesmo desistir de participar durante qualquer etapa da pesquisa, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo ao senhor(a) e ao seu filho. Assumimos a responsabilidade de manter sigilo e confidencialidade das informações, garantindo que sua identificação não será exposta. Porém, acrescentamos que, apesar dos esforços e das providências necessárias tomadas pelos pesquisadores, sempre existe a remota possibilidade de quebra de sigilo, ainda que involuntária e não intencional, mesmo assim redobramos os cuidados para que isto não aconteça. Informamos que os resultados da pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, porém serão garantidos o seu anonimato e o resguardo de sua privacidade.

Os benefícios desta pesquisa são somente os benefícios indiretos, ou seja, a obtenção de dados que possibilitem a identificação de quão ansiosos estão os jovens atletas de voleibol, antes de iniciar a partida de voleibol no ambiente de competição. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir se há necessidade de alterações nas periodizações dos treinamentos, para que destine espaços para auxiliar no desenvolvimento das questões psicológicas e emocionais, e se dê a importância necessária a este. Da mesma forma, pensa-se que os profissionais de educação física, os técnicos e treinadores de voleibol poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais seus treinos e auxiliar nas práticas.

Este estudo apresenta riscos, no sentido de que existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que estão presentes no questionário. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo, retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. A participação ou sua desistência não traz prejuízo a sua atuação como atleta da equipe. Informamos que o(a) senhor(as) ou seu filho não pagarão nem serão remunerados por sua participação. Garantimos ao seu filho o direito à indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo.

Este documento está redigido em duas vias e deverá ser rubricado em todas as suas páginas por você e pelo pesquisador responsável e assinado ao seu término. Uma das vias ficará com senhor(a), guarde-a cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa.

Os pesquisadores declaram que irão respeitar as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

Caso você tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos pode nos contatar (Pesquisador responsável: Prof. Dr. Jucemar Benedet, com telefone: 48 9960-8893 e e-mail: jucemar.benedet@ufsc.br, Campus da Universidade Federal de Santa Catarina de Florianópolis, localizado na rua: Eng. Agrônomo Andrey Cristian Ferreira, s/n - Trindade, Florianópolis - SC, 88040-900, sala do NUPEFID, número : 60 ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos

(CEPSH-UFSC), localizando-se no Prédio Reitoria II, 4º andar, sala 701, localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis, Telefone para contato: (48) 3721-6094. Esclarecemos que o CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza e objetivo do estudo proposto, consinto a participação voluntária do meu filho, afirmando que li e tirei todas as dúvidas junto ao pesquisador responsável.

Jucemar Benedet

(Pesquisador responsável)

Ray Luiz Henrique Rodrigues

(Pesquisador responsável)

Nome do participante: _____

Nome do responsável do atleta: _____

Assinatura do responsável do atleta

Data de assinatura: Florianópolis, _____ de _____ de 2023.

APÊNDICE C - Termo de consentimento livre e esclarecido (maiores de idade)

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CENTRO DE DESPORTOS
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

“ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL.”

Prezado Atleta,

Gostaríamos de convidá-lo participar da pesquisa de conclusão de curso, intitulado “Ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis” do graduando Ray Luiz Henrique Rodrigues da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Departamento de Educação Física com orientação do Prof. Dr Jucemar Benedet. A pesquisa possui a autorização do representante legal da instituição Fundação Municipal de Esportes e Cultura da Palhoça (Modalidade voleibol). O objetivo da pesquisa foi identificar o nível de ansiedade pré-competitiva em jovens atletas de voleibol na Grande Florianópolis.

A pesquisa seguirá a seguinte sequência:

1º - Para participar da pesquisa os atletas maiores de idade deverão assinar o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) afirmando que desejam participar da pesquisa.

2º - Os atletas que aceitarem e cumprirem com a etapa acima, então poderão participar da pesquisa. A pesquisa será efetuada no dia de uma competição disputada pela equipe. Os atletas responderam 30 minutos antes do início do jogo da equipe de vôlei a dois questionários: a) questionário de caracterização sociodemográficas dos participantes, o qual contém questões de identificação geral do sujeito (idade, cor da pele e tempo de prática na modalidade e clube que joga). Este questionário tem objetivo de elencar dados importantes sobre o atleta que podem obter associação com os níveis de ansiedade pré-competitiva e b) o questionário CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory –2r, Reduced Version*), para verificar o nível de ansiedade pré-competitiva, podendo durar por volta de 10 minutos para responder todas as perguntas, que contém 17 itens, relacionadas em como o atleta se sente nos momentos que antecedem a partida de vôlei, considerando a ansiedade cognitiva que são os pensamentos de expectativas ou negativos antes dos jogos, a ansiedade somática que são como o corpo responde a ansiedade, por exemplo o suor nas mãos, tensão na musculatura, “frio na barriga” e pôr fim a autoconfiança que diz respeito ao quanto o atleta está confiante para realizar as ações no jogo.

A pesquisa terá como objetivo principal obter informações acerca do processo de como o atleta se sente nos momentos que antecedem a uma partida de campeonato de voleibol, tendo em vista que o foco da pesquisa está voltado para as particularidades de cada jovem atleta, sabendo que cada uma lida de formas

diferentes, demonstram comportamentos diferentes quando dispostos a um ambiente de competição

A sua participação será totalmente voluntária e você poderá recusar ou mesmo desistir de participar durante qualquer etapa da pesquisa, sem que isto acarrete qualquer ônus à você. Assumimos a responsabilidade de manter sigilo e confidencialidade das informações, garantindo que sua identificação não será exposta. Porém, acrescentamos que, apesar dos esforços e das providências necessárias tomadas pelos pesquisadores, sempre existe a remota possibilidade de quebra de sigilo, ainda que involuntária e não intencional, mesmo assim redobramos os cuidados para que isto não aconteça. Informamos que os resultados da pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, porém serão garantidos o seu anonimato e o resguardo de sua privacidade.

Este estudo apresenta riscos, no sentido de que existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que estão presentes no questionário. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo, retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. A participação ou sua desistência não traz prejuízo a sua atuação como atleta da equipe. Informamos que você não pagará nem será remunerado por sua participação. Garantimos a você o direito à indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo.

Os benefícios desta pesquisa são somente os benefícios indiretos, ou seja, a obtenção de dados que possibilitem a identificação de quão ansiosos estão os jovens atletas de voleibol, antes de iniciar a partida de voleibol no ambiente de competição. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir se há necessidade de alterações nas periodizações dos treinamentos, para que destine espaços para auxiliar no desenvolvimento das questões psicológicas e emocionais, e se dê a importância necessária a este. Da mesma forma, pensa-se que os profissionais de educação física, os técnicos e treinadores de voleibol poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais seus treinos e auxiliar nas práticas.

Este documento está redigido em duas vias e deverá ser rubricado em todas as suas páginas por você e pelo pesquisador responsável e assinado ao seu término. Uma das vias ficará com senhor(a), guarde-a cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa.

Os pesquisadores declaram que irão respeitar as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

Caso você tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos pode nos contatar (Pesquisador responsável: Prof. Dr. Jucemar Benedet, com telefone: 48 9960-8893 e e-mail: jucemar.benedet@ufsc.br, Campus da Universidade Federal de Santa Catarina de Florianópolis, localizado na rua: Eng. Agrônomo Andrey Cristian Ferreira, s/n - Trindade, Florianópolis - SC, 88040-900, sala do NUPEFID, número : 60 ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (CEPSH-UFSC), localizando-se no Prédio Reitoria II, 4º andar, sala 701, localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis, Telefone para contato: (48) 3721-6094. Esclarecemos que o CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade

Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza e objetivo do estudo proposto, consinto minha participação voluntária, afirmando que li e tirei todas as dúvidas junto ao pesquisador responsável.

Jucemar Benedet
(Pesquisador responsável)

Ray Luiz Henrique Rodrigues
(Pesquisador responsável)

Nome do participante:

Assinatura do atleta

Data de assinatura: Florianópolis, _____ de _____ de 2023.

APÊNDICE D - Questionário de caracterização sociodemográfica

Questionário de caracterização sociodemográfica.

Questões de identificação

Nesta seção faremos perguntas para sua identificação

Idade: _____ Cor da pele: _____

Tempo (anos/ meses) você pratica este esporte: _____

Qual é o clube que você joga?: _____.

ANEXO

ANEXO A - Inventário de Ansiedade Competitiva CSAI-2R

Inventário de Ansiedade Competitiva CSAI-2R

A seguir assinale a alternativa que melhor descreve os seus sentimentos antes da competição. Leia cada uma delas e circule o número que melhor indica como geralmente se sente antes das competições. Não há respostas certas nem erradas. Não dispense muito tempo em cada uma das afirmações.

Itens	Nada	Um pouco	Moderadamente	Muito
1.Sinto-me agitado	1	2	3	4
2.Estou preocupado porque não posso render tão bem como poderia neste jogo.	1	2	3	4
3.Sinto-me autoconfiante.	1	2	3	4
4.Sinto o meu corpo tenso.	1	2	3	4
5.Estou preocupado pelo fato de poder perder.	1	2	3	4
6.Sinto tensão no meu estômago.	1	2	3	4
7.Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado.	1	2	3	4
8.Estou preocupado pelo fato de poder falhar sob pressão da competição.	1	2	3	4
9.O meu coração está a bater muito depressa	1	2	3	4
10.Estou confiante de que vou ter um bom rendimento.	1	2	3	4
11.Estou preocupado pelo fato de poder ter um mau rendimento.	1	2	3	4

12.Sinto o meu estômago “às voltas”.	1	2	3	4
13.Estou confiante porque me imagino, mentalmente, a atingir o meu objetivo.	1	2	3	4
14.Estou preocupado pelo fato de os outros poderem ficar desapontados com o meu rendimento.	1	2	3	4
15.As minhas mãos estão frias e úmidas.	1	2	3	4
16.Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição.	1	2	3	4
17.Sinto o meu corpo rígido.	1	2	3	4