

## RELAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO PSICOLÓGICA E ANSIEDADE NO ESPORTE UNIVERSITÁRIO

Kaio B. Guerrero\*, Paula T. Fernandes.

### Resumo

No universo esportivo, cada atleta percebe a competição de forma individual. Dificultando ao técnico gerir, de forma rápida e simultânea, todas as demandas psicológicas de seus comandados. Pensando nisso, o objetivo deste trabalho foi, através da criação de um aplicativo para smartfone, - Ansiedômetro -, analisar a relação entre a percepção psicológica e a ansiedade em atletas universitários antes da competição. Em Conclusão, observou-se que a ansiedade não depende apenas da percepção psicológica do atleta.

### Palavras-chave:

Esporte Universitário, Percepção Psicológica, Ansiedade..

### Introdução

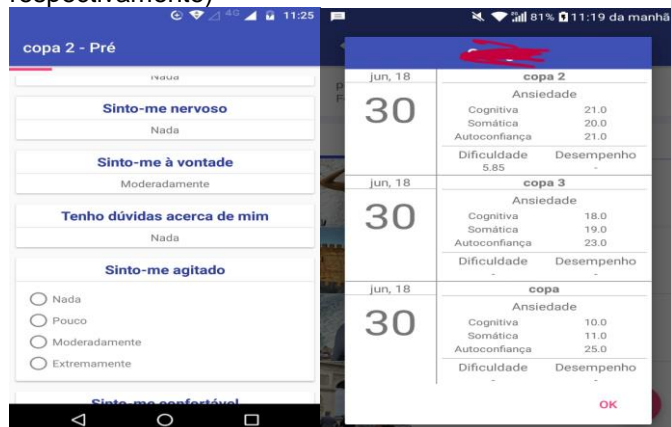
Componente de um dos trabalhos inéditos sobre psicologia do esporte universitário. A pesquisa consistiu em relacionar a percepção que o atleta possui da competição com a ansiedade pré competitiva. Os aspectos psicológicos estão ativamente presentes na competição esportiva, entre elas, a ansiedade. Este complexo sistema do corpo humano, diretamente ligado à autoconfiança, é dividido em somática (fatores fisiológicos) e cognitiva (pensamentos). A ansiedade é influenciada por fatores externos e internos ao atleta e, de acordo com a percepção do ambiente e da competição, pode ser alterada influenciando na performance do jogador. Dito isso, através do Ansiedômetro e dos questionários Ansiedade Estado Competitiva 2 (CSAI-2)<sup>1</sup> e Atitude para Competição (APC)<sup>2</sup>, procurou-se relacioná-los.

### Resultados e Discussão

O aplicativo foi criado para calcular ansiedade competitiva (cognitiva, somática e autoconfiança) e coletar dados a respeito da percepção psicológica em 15 atletas universitários (8 mulheres, 7 homens), idade média (DP) de 22,5 anos (2,26), em 3 jogos em diferentes competições.

O grupo de atletas analisados apresentaram homogeneidade nas respostas de percepção em relação a competição, como mostra o desvio padrão na tabela 1. Ao analisar o grupo em relação à ansiedade, a média entre os componentes foi considerada moderada pela ferramenta.

**Figura 1.** Interface do Ansiedômetro (atleta e técnico, respectivamente)



**Tabela 1.** Ansiedade e percepção psicológica em ambos os gêneros

	Masculino		Feminino	
	Média	(DP)	Média	(DP)
A. Cognitiva <sup>1</sup>	25,57	(7,62)	24,79	(5,51)
A. Somática <sup>1</sup>	22,71	(7,11)	23,71	(7,14)
Autoconfiança <sup>1</sup>	21,48	(4,92)	20,67	(5,67)
Própria Força <sup>2</sup>	3,57	(0,98)	3,14	(1,07)
Adversários <sup>2</sup>	3,57	(1,51)	3,71	(1,50)
Competição <sup>2</sup>	4,14	(1,68)	3,00	(1,29)
Opinião Alheia <sup>2</sup>	4,29	(1,38)	4,71	(0,76)

Legenda:1= Ansiedade Estado Competitiva; 2= Atitude para Competição. \*p<0,05.

De acordo com a Tabela 1, os resultados de ansiedade cognitiva e somática e da autoconfiança apresentaram similaridades entre os gêneros, sem significância estatística. O mesmo se aplica à percepção psicológica dos atletas, ressaltando o significado da competição, para os homens a competição teve mais significado do que para as mulheres. Quando relacionando a ansiedade e percepção para a competição, não foram encontradas relações estatísticas significativas ( $p>0,05$ ).

### Conclusões

O aplicativo se mostrou eficiente na obtenção dos dados e cálculo da ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança pré jogo dos atletas. Quando comparado a percepção da competição com a ansiedade, não foram encontrados resultados estatisticamente significativos, podendo ser pela complexidade existente na ansiedade e do "n" reduzido. Com os resultados, novas possibilidades surgem na psicologia no esporte universitário e, também, nos diferentes campos do esporte, tais como formação e alto rendimento.

### Agradecimentos

GEPEN, pela discussão do tema; FEF pelo espaço para pesquisa; PIBIC pelo financiamento.

<sup>1</sup> MARTENS, R.; BURTON, D.; VEALEY, R.S. *Competitive anxiety in sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 1990.

<sup>2</sup> CARVALHO, F. M.; TRENTIN, D. T. *Percepção do atleta acerca de sua aptidão para competição*. Revista Digital, Buenos Aires, ano 14, n 131, 2009.