

CRIAÇÃO E VALIDAÇÃO DE UMA ESCALA PARA ANÁLISE DO ESTRESSE PSÍQUICO EM ATLETAS INFANTO-JUVENIS DE VOLEIBOL FEMININO



Autor: Átila Alexandre Trapé – SAE/PIBIC - atila_fef@yahoo.com.br

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Elaine Prodócimo (UNICAMP)



Co-orientadores: Prof. Dr. Fernando Paulino (UNIMEP), Prof. Dr. Juan Antonio Moreno (Universidad de Murcia/Espanha)

Faculdade de Educação Física (FEF) – Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

Palavras-chaves: Estresse Psicológico, Testes Psicológicos, Psicometria, Voleibol, Psicologia do Esporte

Introdução:

• Ao avaliar o nível de rendimento dos atletas que participam de competições esportivas, percebe-se que a preparação dos mesmos vem sofrendo constantes aperfeiçoamentos não só nos treinamentos físicos, técnico e tático, como também na preparação psicológica.

• No esporte competitivo, as atletas estão sujeitas, freqüentemente, a enfrentar situações estressantes. No caso do voleibol, tanto as atacantes, quanto as líberos e levantadoras, dependem, na maioria das situações da atuação das outras atletas para realizar suas ações. Esta e outras condições (pressões internas e externas) podem predispor uma jogadora a manifestar uma reação de estresse, o que pode prejudicar seu rendimento. Isso vai depender da capacidade de superação destas situações.

• A preparação tática, técnica, física e psicológica de uma equipe de categoria de base competitiva e/ou iniciação esportiva deveria ser diferenciada entre si (já que cada ambiente e grupos de atletas sofrem demandas psicológicas diferentes) e em relação ao alto nível, porém o que percebe-se de uma maneira geral é que a preparação na base e na iniciação seguem os padrões do alto rendimento.

• A categoria infanto-juvenil é uma importante etapa para o esporte de rendimento pois é a primeira categoria a seguir as mesmas regras estruturais e organizacionais da categoria adulta e ter competições nacionais e internacionais promovidas pelos órgãos oficiais; destacar-se nesta fase, é extremamente importante para manter-se no esporte competitivo. Além disso, esta fase costuma ser um momento de transição também na vida pessoal das atletas que passam a conviver com a pressão do vestibular e muitas vezes vivenciam os primeiros relacionamentos amorosos. Na revisão bibliográfica, percebeu-se ainda que as mulheres sofrem mais com o controle do estresse do que os homens. E os Instrumentos e Escalas encontrados, relacionados à análise do estresse psíquico são direcionados a outras modalidades; ou, se relacionados ao Voleibol, estão ligados às situações de treino, ao gênero masculino ou à categoria adulta.

• Desta forma, este estudo teve como **objetivos**, criar e validar a Escala para Análise do Estresse Psíquico no Voleibol - AEP-V, e identificar o quanto determinadas situações podem ser geradoras de estresse para atletas de voleibol feminino infanto-juvenis, o comportamento destas atletas perante estas situações e a auto-análise subjetiva da eficiência do comportamento adotado.

Revisão de Literatura:

• É impossível falar de estresse, sem interligar este, aos conceitos de ativação e de algumas possíveis classificações de ansiedade.

• A ansiedade pode ser classificada como um componente estável da personalidade (ansiedade-traço) ou para descrever um estado de humor variável (ansiedade-estado). E ainda, a ansiedade tem um componente do pensamento chamado de ansiedade cognitiva e um componente de ansiedade somática, que é o grau de ativação física percebida. (Spielberger, 1966)

• Para enfrentar determinada situação um indivíduo pode necessitar de um grau de ativação bastante elevado enquanto outro, um grau mais baixo. A ativação pode variar de um *continuum* de sono profundo a uma intensa agitação (Weinberg, 2001).

• Segundo Mc Grath (1970), o estresse pode ser definido como “um desequilíbrio substancial entre demanda (física ou psicológica) e capacidade de resposta, sob condições em que a falha em satisfazer aquela demanda tem importantes conseqüências”

Metodologia:

AMOSTRA

	POSIÇÃO			GERAL TOTAL
	ATAANTES	LEVANTADORAS	LIBEROS	
N	92	24	13	129
IDADE	15,62 ± 0,98	15,63 ± 0,92	15,54 ± 1,20	15,61 ± 0,99
EXPERIÊNCIA	3,51 ± 1,65	4,04 ± 1,78	3,15 ± 1,72	3,57 ± 1,69

56,6% das atletas possuíam experiências em outras atividades esportivas.

Resultados e Discussões:

PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS

(Software SPSS - Statistical Package for Social Sciences – versão 14.0)

Análise Fatorial Exploratória

Exclusão das assertivas com correlação $\leq 0,40$ – 22 assertivas → 14 assertivas

Análise de Consistência Interna (*alpha de cronbach*) – 0,779

ANÁLISE DESCRITIVA

TABELA 1 – Análise Geral das assertivas – Grau de Influência que a situação exerce sobre o rendimento da atleta (pode variar entre 0 “não é estressante” e 3 “é muito estressante”)

	Situações típicas para as atletas	Média	dp
07	Minha equipe perde o ponto em um momento decisivo por um erro meu	2,44	0,73
14	Enfrento um adversário superior e que domina o jogo	2,03	0,98
21	Após o vigésimos ponto nossa equipe está em desvantagem	2,02	0,88
19	Não consigo me concentrar em momentos decisivos	2,00	1,04
16	Eu erro jogadas no início do jogo	1,98	0,92
13	Estou sem condicionamento físico adequado	1,78	0,97
20	Minha equipe está em desvantagem próximo ao vigésimo ponto	1,69	0,93
18	A preparação técnico/tática da minha equipe foi inadequada	1,64	0,93
11	Eu entro no jogo lesionada	1,37	1,01
02	Cobrança dos companheiros em momentos críticos	1,35	0,84
06	Não consigo me concentrar no início da partida	1,22	0,99
04	Recebo uma advertência do árbitro	1,03	0,98
05	Fico nervosa no início da partida	0,98	0,97
10	Eu jogo contra uma equipe para a qual eu gostaria de me transferir	0,50	0,85

• O comportamento 2 “tento me tranquilizar” foi o preferido sendo escolhido por 28,8% da Amostra independente da situação.

• O comportamento 5 “me esforço mais” foi selecionado por 22,5% da Amostra e apresentou o melhor índice de eficiência (1,66 ± 0,98).

Conclusões:

- O conhecimento das situações causadoras de estresse é um recurso importante para a elaboração de estratégias que possam diminuir o impacto das mesmas no rendimento das atletas.

- O técnico/treinador deve exercer também o papel de educador, preocupado com a formação das atletas, buscando melhorar a qualidade de vida e evitar o abandono precoce do esporte.

-A preparação psicológica deve estar relacionada com a preparação da equipe de forma global não devendo ser considerada isoladamente. É função da comissão técnica, estabelecer estratégias no treino para que as atletas experimentem as situações de jogo.

Referências Bibliográficas:

MC GRATH, J. E. **Major methodological issues.** In J. E. McGRath (Ed.), Social and psychological factors in stress (p. 19-49). New York: Holt, Rinehart & Winston. 1970.
SPIELBERGER, C. D. **Theory and research on anxiety.** In C. D. Spielberger (Ed.), Anxiety and Behavior (p. 3-32). New York: Academic Press, 1966.
WEINBERG, R. S. **Fundamentos da Psicologia do esporte e do exercício.** 2ª edição – Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.

