
Ansiedade pré-competitiva e paixão em atletas de futsal paranaense

**Carlos Henrique Prado Coelho Morais,
Andressa Ribeiro Contreira,
Isabela Martins Mucio,
Paulo Vitor Suto Aizava,
Lenamar Fiorese,
Adolpho Cardoso Amorim**

Resumo

O objetivo do estudo foi analisar a ansiedade pré-competitiva e a paixão em atletas de futsal paranaense. Foram sujeitos 51 atletas do Campeonato Paranaense de Futsal 2018. Os instrumentos utilizados foram ficha de identificação, *Competitive State Anxiety Inventory-2* e a Escala da Paixão. Os dados foram analisados pelos testes *Kolmogorov-Smirnov*, 'U' de *Mann-Whitney*, *Kruskal-Wallis* e coeficiente de correlação de *Spearman* ($p < 0,05$). Os resultados apontaram que os atletas se percebem mais autoconfiantes ($Md=3,60$) e apresentaram valores elevados para paixão harmoniosa ($Md=6,00$) e obsessiva ($Md=5,00$). Os atletas com maior tempo de experiência apresentam menor ansiedade cognitiva ($Md=1,30$) que os atletas com menor tempo de experiência ($Md=2,40$) ($p < 0,05$). Foram identificadas correlações entre a paixão harmoniosa e ansiedade cognitiva ($r=-0,500$); autoconfiança e as dimensões harmoniosa e obsessiva da paixão ($0,322 < r < 0,547$). Concluiu-se que os atletas de futsal do campeonato paranaense são mais autoconfiantes no esporte e apaixonados harmoniosamente pela sua atividade, demonstrando autonomia em suas práticas.

Palavras-chave: ansiedade pré-competitiva, paixão, futsal paranaense.

Pre-competitive anxiety and passion in paranaense futsal

Carlos Henrique Prado Coelho Morais, Andressa Ribeiro Contreira, Isabela Martins Mucio, Paulo Vitor Suto Aizava, Lenamar Fiorese, Adolpho Cardoso Amorim

Abstract

The purpose was to analyze pre-competitive anxiety and passion in futsal athletes from Paraná. The sample was 51 (male) athletes of the Paranaense Futsal Championship 2018. The instruments used were the identification form, Competitive State Anxiety Inventory-2 and the Passion Scale. The data were analyzed by the Kolmogorov-Smirnov, 'U' tests by Mann-Whitney, Kruskal-Wallis and Spearman correlation coefficient ($p < 0.05$). The results showed that athletes perceive themselves to be more self-confident ($Md = 3.60$) and showed high values for harmonious ($Md = 6.00$) and obsessive ($Md = 5.00$) passion. Athletes with longer experience have lower cognitive anxiety ($Md = 1.30$) than athletes with less experience ($Md = 2.40$) ($p < 0.05$). Correlations were identified between harmonious passion and cognitive anxiety ($r = -0,500$); self-confidence and the harmonious and obsessive dimensions of passion ($0.322 <r> 0.547$). It is concluded that the futsal athletes of the Paraná championship are more self-confident in the sport and harmoniously passionate about their activity, demonstrating autonomy in their practices.

Keywords: pre-competitive anxiety, passion, paranaense futsal.

Athletes ansiedad pre competitiva y pasión en atletas paranaenses de futsal

Carlos Henrique Prado Coelho Morais, Andressa Ribeiro Contreira, Isabela Martins Mucio, Paulo Vitor Suto Aizava, Lenamar Fiorese, Adolpho Cardoso Amorim

Resumen

El objetivo fue analizar la ansiedad y la pasión precompetitiva en los atletas de futsal de Paraná. 51 atletas (hombres) del Paranaense Futsal Championship 2018 fueron sometidos. Los instrumentos utilizados fueron el formulario de identificación, el Competitive State Anxiety Inventory-2 y la Passion Scale. Los datos fueron analizados por las pruebas de Kolmogorov-Smirnov, 'U' por el coeficiente de correlación de Mann-Whitney, Kruskal-Wallis y Spearman ($p < 0.05$). Los resultados mostraron que los atletas se perciben a sí mismos como más seguros de sí mismos ($Md = 3.60$) y mostraron altos valores de pasión armoniosa ($Md = 6.00$) y obsesiva ($Md = 5.00$). Los atletas con más experiencia tienen menor ansiedad cognitiva ($Md = 1.30$) que los atletas con menos experiencia ($Md = 2.40$) ($p < 0.05$). Se identificaron correlaciones entre pasión armoniosa y ansiedad cognitiva ($r = -0,500$); confianza en sí mismo y las dimensiones armoniosas y obsesivas de la pasión ($0.322 <r> 0.547$). Se concluye que los atletas de fútbol sala del campeonato de Paraná son más seguros de sí mismos en el deporte y armoniosamente apasionados por su actividad, demostrando autonomía en sus prácticas.

Palabras-clave: ansiedad precompetitiva, pasión futsal paranaense.

Introdução

A psicologia do esporte tem como objetivo entender os fatores psicológicos que influenciam na performance de um atleta, visando contribuir para melhores resultados nas atividades realizadas e sensação de bem-estar (Weinberg & Gould, 2016). Segundo Vieira, Vissoci, Oliveira, e Vieira (2010), as variáveis investigadas no contexto da psicologia do esporte abrangem a ansiedade, percepção de competência, motivação, estado de humor, agressividade, liderança, paixão e relação treinador-atleta, podendo aplicar-se em modalidades coletivas e individuais.

Quanto à ansiedade, especificamente, pode apresentar-se de duas maneiras, a ansiedade traço e ansiedade estado. A ansiedade traço caracteriza-se por reações a situações ameaçadoras, com traços na personalidade do indivíduo e é desenvolvida a partir das próprias experiências. Já a ansiedade estado é caracterizada por sentimentos de tensão e apreensão, variando de intensidade, possuindo estado emocional transitório com aumento da atividade do sistema nervoso autônomo (Weinberg & Gould, 2016; Vilela & Gomes, 2015). Há três dimensões relacionadas à ansiedade estado: a cognitiva que corresponde aos pensamentos negativos em relação ao desempenho e falta de concentração; a somática que consiste em sintomas físicos, como taquicardia, sudorese e tremores; e a autoconfiança que corresponde às crenças do indivíduo sobre as suas capacidades (Weinberg & Gould, 2016).

No âmbito esportivo a ansiedade vem sendo relacionada a algumas variáveis como a síndrome de *burnout* e avaliação cognitiva na formação de jovens atletas (Vilela & Gomes, 2015); ansiedade estado e coesão de grupo em atletas de handebol (Nascimento Junior et al., 2016); ansiedade-estado pré-competitiva e desempenho esportivo em atletas de voleibol infanto-juvenil (Machado et al., 2016); ansiedade pré-competitiva e tomada de decisão no futebol (Fortes et al., 2018), dentre outros. Observa-se que os estudos buscam traçar relações da ansiedade com o desempenho esportivo, demonstrando a importância da avaliação desta variável no contexto esportivo.

No futsal, os estudos investigando a ansiedade compreendem suas relações com o estresse (Fortes et al., 2018), constatando que não houve diferença significativa no nível de ansiedade dos atletas da equipe de futsal masculino sub17; foram verificadas as associações com a coesão de grupo e resultados dos jogos, identificando-se que os atletas vencedores apresentaram menores níveis de ansiedade e maior coesão da equipe para a tarefa (Hernandez & Gomes, 2002) e ainda em estudos com diferentes categorias no futsal escolar, observando que a ansiedade manifesta-se em maior nível na categoria mirim (Tavares, 2015).

As habilidades básicas da modalidade futsal exigem dos atletas diversas características para execução como a alternância de intensidade em deslocamento, acelerações e desacelerações, mudança de direções, saltos, passes, desarmes, fintas, dribles, chutes, posicionamento em quadra, entre outros (Voser & Giusti, 2015). Além disso, também há exigência dos aspectos psicológicos que contribuem para a melhora da performance dos atletas, como atenção, concentração, tomada de decisão e níveis de confiança, que contribuem para que enfrentem as situações adversas do esporte de forma mais efetiva (Cox, 1998).

Assim, os atletas necessitam analisar o espaço e o tempo de suas ações motoras para uma melhor tomada de decisão, incluindo as reações antecipadas e reações relacionadas com as fintas/dribles, bem como as movimentações da bola, ações do seu corpo, dos companheiros de equipe e adversários (Cárdenas, Freire, & Pumariaga, 2017). Nesse sentido, o atleta para desenvolver a prática desta modalidade tem que estar preparado tanto nos aspectos físicos, técnicos, táticos, como também nos psicológicos, que incluem o controle das emoções, motivação, percepção de competência, autoestima e autoconfiança (Weinberg & Gould, 2016).

Nessa perspectiva, a análise dos aspectos motivacionais dos atletas na prática deste esporte mostra-se relevante na literatura, com investigações acerca da motivação de crianças para a prática do futsal (Voser & Giusti, 2015), sendo importantes porque buscam identificar os aspectos responsáveis pelo controle ou atenuação das emoções dos atletas. Ainda, os fatores motivacionais no futsal foram associados à relação estabelecida com o treinador, como observado na pesquisa de Moura et al., (2019). Os autores identificaram que as atletas se mostraram intrinsecamente motivadas para a prática da modalidade, e que esta motivação esteve relacionada à proximidade, confiança e respeito na relação estabelecida com os treinadores esportivos.

Segundo Vallerand e Miquelon (2007) a paixão e a motivação são de suma importância para um bom desempenho esportivo dos atletas, pois podem demonstrar o nível de engajamento do atleta com a prática do esporte. Ao consultar a literatura, o estudo dos aspectos motivacionais no contexto esportivo brasileiro ainda é recente, uma vez que o instrumento que avalia este aspecto foi recentemente validado para tal contexto (Prates, 2015). Além disso, até a extensão do que foi possível investigar, não foram encontrados estudos relacionando à paixão na modalidade futsal e suas relações com a ansiedade estado, o que demonstra necessidade de maiores esclarecimentos sobre o tema. Estas emoções são de suma importância, pois ocorrendo de forma equilibrada podem contribuir positivamente para o desempenho do atleta (Vallerand & Miquelon, 2007), dependendo da forma como são internalizadas na sua identidade.

De acordo com Vallerand e Miquelon (2007), a paixão é caracterizada pela efetivação de atividades às quais os indivíduos destinam tempo e energia, apresentando-se com duas características distintas (paixão harmoniosa e paixão obsessiva), conforme os pressupostos do Modelo Dualístico da Paixão. Na paixão harmoniosa, o indivíduo pratica o esporte sem pressão autônoma, gerando sentimentos de vontade própria, conduzindo a prosseguir com a prática no esporte. Na paixão obsessiva, o indivíduo sente uma obrigação em praticar o esporte, sendo controlado por uma força interna, com anseios de aceitação na sociedade e aumento de sua autoestima.

Os estudos acerca desta variável no âmbito esportivo têm relacionado paixão a motivação e felicidade no *surf* (Sousa, Teixeira, & Lobato, 2012); motivação e rendimento em atletas de natação (Cid, Silva, & Monteiro, 2016); os efeitos da paixão e *mindfulness* na motivação intrínseca de atletas japoneses (Amemiya & Sakairi, 2019); o papel da paixão no valor percebido e na satisfação dos atletas em relação aos eventos esportivos

participativos (Crespo-Hervás, Calabuig-Moreno, Prado-Gascó, Añó-Sanz, & Núñez-Pomar, 2019), dentre outros. No contexto do futebol e futsal, especificamente, a pesquisa desenvolvida por Teixeira (2011) teve como principal objetivo comparar a paixão e orientação motivacional de jovens atletas portugueses. Os autores obtiveram que a idade dos atletas tem influência sobre a internalização da paixão, de modo que os atletas mais jovens (pré-adolescentes) apresentam maiores níveis de paixão harmoniosa, por não se defrontarem com outras atividades que demandem seus esforços externos. Além disso, conforme o escalão ou nível competitivo, os atletas mais jovens apresentam maior paixão harmoniosa pela sua atividade, bem como são mais orientados para a tarefa, enquanto o escalão A constituído por atletas mais velhos mostra-se mais orientado ao ego.

No geral, os estudos têm demonstrado que quando há maior nível de paixão harmoniosa o atleta tende a melhorar a sua relação com o esporte praticado, exercendo suas funções de forma mais autônoma e por livre vontade nos treinamentos e competições, e ainda conciliando de forma mais equilibrada com as demais atividades que exerce no cotidiano. Em contrapartida, indivíduos com predomínio da paixão obsessiva pela atividade podem apresentar características de controle, medo, emoções e cognições negativas, podendo até mesmo apresentar maior ansiedade caso sejam impedidos de realizar a atividade apaixonada (Vallerand & Miquelon, 2007).

A partir dos aspectos apresentados, verifica-se que as variáveis ansiedade e paixão são importantes para que se possa identificar em que medida a internalização da paixão harmoniosa ou obsessiva na identidade dos indivíduos, pode estar relacionada à ansiedade pré-competitiva dos atletas na modalidade futsal, de modo que ambas as emoções são importantes sobre o desempenho e bem-estar psicológico dos mesmos. Assim, este estudo objetivou analisar os níveis de ansiedade e paixão em atletas paranaenses de futsal, buscando especificamente: 1) Comparar os níveis de ansiedade e paixão em função da idade e tempo de experiência no esporte e 2) Correlacionar a ansiedade e a paixão dos atletas paranaenses de futsal.

Métodos

Tipo de estudo

O presente estudo caracteriza-se como descritivo-correlacional, que tem o objetivo de analisar as características ou as variáveis que possuem relação com o fenômeno estudado (Thomas, Nelson, & Silverman, 2012).

Amostra

Participaram do estudo 4 equipes que disputaram o Campeonato Paranaense de Futsal Chave Prata 2018, sendo selecionadas de forma intencional não-probabilística. O critério de seleção compreendeu o convite às equipes adversárias do Clube Seletto em Maringá, pela facilidade de acesso aos jogos.

Fizeram parte do estudo 51 atletas, do sexo masculino, com média de idade 23,88 anos, participantes das equipes: Clube Seletto de Maringá (n=13); Ampere Futsal (n=13); Pitanga Futsal (n=13) e Monte Sião Paranaguá (n=12). A idade dos atletas variou de 17 a 36 anos (média 23,9±4,89 anos) e o tempo de experiência dos atletas no futsal foi de 5 a 23 anos.

Instrumentos

Para a identificação do nível de ansiedade nos atletas foi utilizado o *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2R), constituído por 17 itens, divididos em 3 dimensões: Ansiedade cognitiva, Ansiedade somática e Autoconfiança. Os itens do inventário são respondidos numa escala do tipo *Likert* de quatro pontos, que variam entre "nada" (1) a "muito" (4). A interpretação dos resultados se dá pelas médias dos itens referentes às dimensões, de modo que valores elevados indicam a dimensão predominante de ansiedade estado na percepção dos atletas (Fernandes, Nunes, Vasconcelos-Raposo, Fernandes, & Brustad, 2013)

Para a avaliação da paixão foi utilizada a Escala da Paixão, desenvolvida originalmente por Vallerand e Miquelon (2007) e validada para o contexto brasileiro por Prates (2015). A escala é composta por 14 itens são divididos em 2 dimensões: Paixão harmoniosa e Paixão obsessiva. Os itens são respondidos numa escala tipo *Likert* de 7 que variam entre "discordo totalmente" (1) e o "concordo totalmente" (7).

Procedimentos

O estudo está vinculado ao projeto institucional "Processo de desenvolvimento das variáveis psicológicas positivas no contexto esportivo", aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Maringá sob protocolo nº 1.324.411 2015. Para a realização da coleta dados foi solicitada a autorização da Federação Paranaense de Futebol de Salão. Após a autorização foi realizado contato com os técnicos das equipes (Clube Seletto Maringá, Ampere Futsal, Pitanga futsal e Monte Sião Paranaguá), sendo entregue aos atletas o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, formalizando sua participação no estudo.

As coletas foram realizadas nos locais dos jogos do Clube Seletto de Maringá, Ginásio Chico Neto, durante o Campeonato Paranaense de Futsal 2018, na cidade de Maringá. Os questionários foram aplicados de forma coletiva e respondidos individualmente, nos 45 minutos que antecederam as partidas, sem interferência nas atividades esportivas dos atletas. A aplicação do questionário teve duração média de 15 minutos por atleta.

Análise de Dados

Os dados foram analisados no pacote estatístico SPSS 20.0. A distribuição dos dados foi realizada pelo teste *Kolmogorov-Smirnov*, obtendo-se distribuição não normal. Dessa forma, os resultados são apresentados por meio da mediana e intervalo interquartilico. Os testes utilizados para as comparações foram o 'U' de *Mann-Whitney* (para dois grupos) e *Kruskal-Wallis* (para três grupos), já as correlações foram

analisadas pelo Coeficiente de Correlação de *Spearman*, adotando-se o nível de significância de $p < 0,05$ em todas as análises.

Resultados

Na Tabela 1 são apresentadas as medianas das dimensões da ansiedade e paixão dos atletas de futsal paranaense.

Tabela 1. Ansiedade e paixão nos atletas paranaenses de futsal (n=51)

Dimensões	md	(q1-q3)
ansiedade cognitiva	2,00	(1,40-2,60)
ansiedade somática	2,11	(1,82-2,50)
Autoconfiança	3,60	(3,00-4,00)
paixão harmoniosa	6,00	(5,40-6,80)
paixão obsessiva	5,00	(4,00-5,60)

Na avaliação das dimensões da ansiedade foi observado que os atletas se percebem autoconfiantes (Md=3,60) dentro do seu esporte, e quanto à paixão os resultados foram mais elevados para paixão harmoniosa (Md=6,00).

Na Tabela 2, são apresentadas as comparações da ansiedade e paixão dos atletas de futsal paranaense em função da faixa etária.

Tabela 2. Comparação da ansiedade e paixão nos atletas paranaenses de futsal em função da faixa etária

dimensões	até 23 anos (n=32) md (q1-q3)	acima 23 anos (n=19) md (q1-q3)	P
ansiedade cognitiva	2,30 (1,65-2,60)	1,60 (1,20-2,60)	0,236
ansiedade somática	2,11 (1,91-2,26)	2,10 (1,81-2,66)	0,984
autoconfiança	3,60 (3,00-3,80)	3,40 (3,00-4,00)	0,797
paixão harmoniosa	5,90 (5,40-6,60)	6,00 (5,40-6,80)	0,667
paixão obsessiva	5,20 (4,00-5,60)	5,00 (4,20-5,80)	0,914

*Diferença estaticamente significativa para $p < 0,05$.

Não houve diferenças significativas na avaliação de ansiedade e paixão entre os grupos ($p > 0,05$). No entanto, foi possível observar que os atletas se sentem mais autoconfiantes em ambos os grupos e que os atletas mais novos parecem apresentar maior ansiedade cognitiva (Md=2,30) em relação aos mais velhos (Md=1,60).

As comparações das dimensões da ansiedade e paixão nos atletas de futsal paranaense em função do tempo de experiência no esporte são apresentadas na Tabela 3.

Tabela 3. Comparação da ansiedade e paixão nos atletas paranaenses de futsal em função do tempo de experiência no esporte

dimensões	5 a 10 anos (n=22) md (q1-q3)	11 a 14 anos (n=15) md (q1-q3)	15 a 23 anos (n=14) md (q1-q3)	P
ansiedade cognitiva	2,40 (1,75-2,60)	2,40 (1,80-3,40)	1,30 (1,20-1,80)	0,006*
ansiedade somática	2,14 (2,01-2,40)	2,22 (1,68-2,90)	1,92 (1,74-2,14)	0,156
autoconfiança	3,50 (3,00-3,80)	3,60 (3,00-4,00)	3,60 (2,90-4,00)	0,690
paixão harmoniosa	5,90 (5,40-6,80)	5,80 (5,40-6,40)	6,20 (5,55-6,85)	0,446
paixão obsessiva	4,50 (4,00-5,60)	5,00 (3,80-5,60)	5,50 (4,90-5,90)	0,083

*Diferença estaticamente significativa para $p < 0,05$.

Verificou-se que os atletas com maior tempo de experiência (15 a 23 anos) apresentam menor ansiedade cognitiva ($Md=1,30$) quando comparados aos atletas com menor tempo de experiência ($Md=2,40$), sendo as diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ($p < 0,05$). Estes resultados podem indicar que quanto mais envolvidos na prática da modalidade, menores os níveis de pensamentos negativos relacionados às suas habilidades e prática da modalidade.

As avaliações da paixão não apontaram diferença entre os grupos em função do tempo de experiência no esporte ($p > 0,05$), porém, os resultados foram elevados para essa variável, havendo semelhança, pois os atletas mostraram-se apaixonados independentemente do tempo de experiência.

Na Tabela 4 são apresentadas as correlações entre as dimensões da ansiedade e paixão dos atletas paranaenses de futsal. Foi identificada correlação significativa ($p < 0,05$) negativa e moderada entre a paixão harmoniosa e a ansiedade cognitiva ($r = -0,500$), indicando que à medida que aumenta a paixão harmoniosa do indivíduo pela atividade, os níveis de ansiedade cognitiva tornam-se reduzidos, sendo o contrário também verdadeiro. Dessa forma, verifica-se que, quanto maior a paixão harmoniosa do atleta, menor será sua ansiedade cognitiva durante a prática da atividade, de modo que o atleta mais autônomo em sua prática apresenta ausência de pensamentos negativos na realização de sua atividade.

Tabela 4. Correlação entre as dimensões da ansiedade e paixão dos atletas paranaenses de futsal

paixão \ ansiedade	paixão harmoniosa	paixão obsessiva
ansiedade cognitiva	-0,500*	-0,202
ansiedade somática	0,187	0,089
Autoconfiança	0,547*	0,322*

*Correlação estaticamente significativa para $p < 0,05$.

Além disso, foi verificada correlação significativa ($p < 0,05$) positiva de fraca a moderada entre a autoconfiança e as dimensões harmoniosa e obsessiva da paixão ($0,322 < r < 0,547$), demonstrando que à medida que o indivíduo se sente mais autoconfiante, mais elevadas são suas percepções de paixão harmoniosa e obsessiva.

Discussão

A avaliação dos atletas paranaenses praticantes de futsal apontou que estes se percebem autoconfiantes dentro do seu esporte (Tabela 1). Segundo Weinberg e Gould (2016), atletas autoconfiantes apresentam em situações competitivas uma tendência a se sentirem mais confortáveis em quadra, dedicando-se aos seus pontos fortes, nos fundamentos técnicos e táticos que proporcionam melhores desempenhos.

Tais aspectos podem indicar que os atletas participantes do presente estudo ao se mostrarem autoconfiantes em seu esporte apresentam maior facilidade para manutenção do desempenho em momentos decisivos e sob pressão, além disso, há a tendência na diminuição dos níveis de ansiedade. Esses bons níveis são essenciais nos esportes coletivos com bola, como é o caso do futsal, devido à complexidade do jogo em que é necessário que os atletas atinjam um alto nível de aperfeiçoamento devido aos complexos sistemas de jogo (Cárdenas et al., 2017).

Outro aspecto considerado relevante para os atletas participantes do presente estudo foram os elevados níveis de paixão harmoniosa (Tabela 1). A paixão harmoniosa surge no momento em que os atletas praticam suas respectivas atividades de forma voluntária, que causam uma experiência positiva e que os levam a prosseguir na sua modalidade (Vallerand & Miquelon, 2007), o que pode indicar que estes atletas têm autonomia para a prática de sua atividade no futsal paranaense e a fazem por livre escolha. Estes aspectos vão ao encontro dos achados do estudo de Cid & Louro (2010) com atletas de natação, no qual os autores verificaram que os atletas apresentaram níveis altos da paixão harmoniosa em relação à paixão obsessiva, demonstrando que a paixão harmoniosa gera sentimentos voluntários para o desporto e tem um relacionamento de interesse e prazer do indivíduo com a sua prática.

Nessa perspectiva, é possível perceber que os atletas paranaenses de futsal se sentem mais autônomos na realização do seu esporte, pois a paixão harmoniosa desperta maior sentimento de satisfação ao atleta e maiores níveis de concentração, além disso, conseguem conciliar o esporte com outras atividades do cotidiano. A paixão obsessiva possuindo um resultado abaixo da paixão harmoniosa tem seus impactos negativos reduzidos, quando associada à esta, pois os indivíduos que possuem um alto índice de paixão obsessiva conseguem superar a falta de qualidade, com a força de vontade melhorando e aperfeiçoando seu rendimento esportivo (Tabela 1).

A comparação entre os grupos etários das variáveis ansiedade e paixão dos atletas paranaenses, apontou que os atletas se sentem mais autoconfiantes, independente da faixa etária, e que os atletas mais novos parecem apresentar maior ansiedade cognitiva em relação aos mais velhos (Tabela 2). De acordo com Machado (2006), a autoconfiança pode ser

definida como uma convicção que o atleta possui acerca de suas habilidades no âmbito esportivo. Já os baixos níveis de autoconfiança estão relacionados à alta propensão de cometer erros de desempenho, gerando sentimentos de preocupação, ansiedade e ameaça (Bostanci, Karaduman, & Mayda, 2019; Samulski, 2009). Neste estudo, pode-se verificar que, independentemente da idade, mais jovens ou mais velhos, a confiança foi predominante em suas habilidades para a prática esportiva, o que reflete positivamente sobre seu desempenho.

A ansiedade cognitiva possui relação inversa com a autoconfiança, no qual quanto maior o nível de ansiedade cognitiva menor a autoconfiança, sendo o contrário também verdadeiro (Samulski, 2009; Weinberg & Gould, 2016). Tais aspectos foram observados em estudo que encontrou relação inversa entre a idade e a ansiedade cognitiva, concluindo que, quanto menor a idade do atleta maior os níveis de ansiedade cognitiva (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, & Fernandes, 2020). Estes aspectos reforçam os achados do presente estudo que apresentou escores medianos marginalmente mais elevados para os atletas mais jovens na ansiedade cognitiva, embora sem diferenças significativas para o grupo de atletas mais velhos (Tabela 2).

Foi possível verificar que os atletas com maior tempo de experiência na modalidade apresentam menor ansiedade cognitiva do que os atletas menos experientes na modalidade. (Tabela 3). De acordo com Samulski (2009), Weinberg e Gould (2016), quanto maior a experiência no esporte, menores são os diagnósticos de ansiedade cognitiva. Embora o design transversal do estudo não permita o diagnóstico ou acompanhamento dos níveis de ansiedade dos atletas, podemos inferir, com base na literatura anteriormente citada, que atletas mais experientes no futsal por estarem envolvidos no futsal competitivo, tendem a apresentar menores índices de pensamentos negativos relacionados à sua prática, uma vez que ao longo do tempo experimentaram diversos eventos estressores nos treinamentos e competições que, exigiram maior controle cognitivo e emocional para lidar de forma efetiva com tais situações.

Os achados desta pesquisa são corroborados pelo estudo de Sousa, Teixeira, e Lobato (2012) realizado com atletas de natação, o qual concluiu que quanto maior o tempo de experiência no esporte menor o nível de ansiedade cognitiva. Os aspectos observados demonstram que devido às experiências vividas em competições, os atletas podem lidar de forma mais efetiva com as situações que podem encontrar em uma partida ou em uma competição como derrotas, eliminações, cobranças de pênaltis e até mesmo situações adversas como gol contra. Assim, quanto maior a vivência no esporte, mais apto o atleta se encontra para lidar com as ansiedades, pois quando há a repetição da situação o atleta tende a ter maior controle sobre a mesma.

A análise das relações entre as variáveis indicou que quanto mais harmoniosa a internalização da paixão na identidade do indivíduo, menores os níveis de ansiedade cognitiva (Tabela 4). A ansiedade cognitiva reflete na ocorrência de pensamentos negativos em relação ao desempenho esportivo, dificuldade em concentrar-se e atentar-se diante de situações desportivas (Samulski, 2009; Gimenes, Vasconcelos, & Fernandes, 2012; Weinberg &

Gould, 2016). A relação das reduções dos pensamentos negativos pela presença de uma internalização harmoniosa pode decorrer do fato de que a paixão harmoniosa induz a melhora da concentração antes e durante a tarefa, assim como há melhora na absorção do conhecimento (Vallerand & Miquelon, 2007). Nessa perspectiva e com base na literatura, pode-se inferir que uma internalização harmoniosa na identidade do atleta paranaense contribui para a redução dos efeitos negativos da ansiedade como a presença de pensamentos negativos, que possam interferir na execução das habilidades esportivas e desempenho no futsal.

Assim, quanto mais harmoniosa for a paixão do atleta por sua atividade, mais reduzidos são os níveis de preocupação com suas habilidades e pressões nas situações esportivas, demonstrando que a paixão harmoniosa tem um efeito regulador dos níveis de ansiedade cognitiva dos atletas e consequências negativas. Tais aspectos permitem a compreensão de que a paixão harmoniosa, mas não a obsessiva, propicia maior segurança aos atletas e aumento da concentração antes e durante a atividade, resultados estes positivos para os atletas de futsal participantes do presente estudo.

Relações positivas foram observadas entre a autoconfiança e as duas internalizações da paixão (Tabela 4), o que demonstra que à medida que o indivíduo se sente mais autoconfiante, mais elevadas são suas percepções de paixão harmoniosa e obsessiva, possibilitando um equilíbrio entre as internalizações. Ao considerar a autoconfiança como uma característica individual relacionada ao aumento da concentração, sentimentos positivos, maior comprometimento e capacidade de desenvolver estratégias competitivas efetivas no âmbito esportivo (Gimenes et al., 2012), pode-se entender que se trata de uma habilidade capaz de contribuir no equilíbrio emocional frente à realização de suas tarefas, que convergem com o efeito exercido pelo equilíbrio das paixões.

Assim, a influência positiva da autoconfiança vinculada à paixão harmoniosa ocorre pelo maior comprometimento do sujeito e capacidade de desenvolver estratégias efetivas para lidar com as situações. Já as relações com a paixão obsessiva sugerem que o indivíduo coloca a atividade sempre em primeiro lugar, manifestando seu esforço para que estas capacidades estejam sempre bem desenvolvidas (Vallerand, & Miquelon, 2007; Vieira, Mizoguchi, Contreira, Passos, & Costa, 2015).

Os resultados do presente estudo são relevantes para as equipes de futsal paranaense, no entanto algumas limitações precisam ser consideradas. Primeiramente, somente quatro equipes foram avaliadas, não permitindo a generalização dos resultados para todos os atletas. Um segundo ponto refere-se à limitação na avaliação de somente duas variáveis psicológicas paixão e ansiedade para compreender as características emocionais dos atletas. Por fim, a pesquisa de caráter transversal não contemplou a avaliação da ansiedade em distintos momentos da competição ao longo da temporada, o que poderia ser atendido por meio de pesquisa de caráter longitudinal.

Considerações finais

O presente estudo teve como objetivo analisar os níveis de ansiedade e a paixão em atletas de futsal do campeonato paranaense. No geral, os atletas mostraram-se mais autoconfiantes dentro do seu esporte, o que indica que os mesmos se sentem mais confortáveis durante o jogo e têm maiores convicções acerca de suas habilidades. Além disso, os atletas mostraram-se apaixonados harmoniosamente pela sua atividade, demonstrando-se autônomos nas suas práticas, não havendo conflitos com outras atividades realizadas na sua vida.

O fator tempo de experiência foi considerado interveniente sobre a ansiedade cognitiva, uma vez que quanto maior o tempo de experiência no esporte, menores os níveis de ansiedade cognitiva dos atletas, o que não ocorreu para a paixão. Já quando considerada a faixa etária, foram observadas semelhanças entre os grupos etários tanto para a ansiedade quanto para a paixão dos atletas.

Observou-se que quanto menor a ansiedade cognitiva, mais apaixonados harmoniosamente os atletas são pelo esporte, uma vez que a paixão harmoniosa pode exercer um efeito positivo sobre a ansiedade dos atletas, refletindo sobre seu desempenho. Além disso, a autoconfiança esteve correlacionada com a paixão harmoniosa e obsessiva, demonstrando que à medida que o indivíduo se sente mais autoconfiante, há um equilíbrio entre os tipos de paixão pelo seu esporte.

As variáveis psicológicas analisadas no presente estudo são importantes para verificar os aspectos negativos e positivos da ansiedade e paixão que incidem sobre os atletas e em seu desempenho. Nesse sentido, as avaliações psicológicas no contexto esportivo contribuem para as ações/orientações mais efetivas dos treinadores e melhor rendimento/bem-estar dos atletas. Sugere-se para futuras pesquisas a averiguação das relações entre a paixão e ansiedade em distintos momentos da competição, associadas a outras variáveis psicológicas como relacionamento treinador-atleta e perfeccionismo no esporte coletivo.

Agradecimentos

Agradecemos a todas as equipes que consentiram em participar deste estudo.

Referências

- Amemiya, R., & Sakairi, Y. (2019). The effects of passion and mindfulness on the intrinsic motivation of Japanese athletes. *Personality and Individual Differences*, 142: 132-13.
- Bostanci, Ö., Karaduman, E., & Mayda, M. H. (2019). Investigation of self confidence levels in elite extreme athletes. *Journal of Physical Education*, 23(3): 106-111.
- Cárdenas, R. N., Freire, I. A., & Pumariega, Y. N. (2017). *Preparação psicológica no esporte*. Curitiba: Appris.
- Cid, L., & Louro, H. (2010). Praticar natação é uma paixão ou um sacrifício? Estudo da relação entre o tipo de paixão que o atleta sente pela modalidade e sua orientação motivacional. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 1 (5): 99-114.
- Cid, L., Silva, A., Monteiro, D., Louro, H., & Moutão, J. (2016). Passion, motivation and performance of swimming athletes. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 11(1): 53-58.
- Cox, R. H. (1998). *Sport psychology: concepts and applications* (4th ed). Boston: McGraw-Hill.
- Crespo-Hervás, J., Calabuig-Moreno, F., Prado-Gascó, V., Añó-Sanz, V., & Núñez-Pomar, J. (2019). The role of passion in the quality-value-satisfaction-intentions chain: linear models and the QCA approach for athletes. *Economic Research-Ekonomska Istraživanja*, 32(1): 352-369.
- Fernandes, M.G., Nunes, S. A. N., Vasconcelos-Raposo, J., Fernandes, H. M., & Brustad, R. (2013). The CSAI-2: An examination of the instrument's factorial validity and reliability of the intensity, direction and frequency dimensions with Brazilian athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5: 377-391.
- Fernandes, M. G., Vasconcelos-Raposo, J., & Fernandes, H. M. (2012). Relação entre orientações motivacionais, ansiedade e autoconfiança, e bem-estar subjetivo em atletas brasileiros. *Motricidade*, 8 (3): 4-18.
- Fortes, L. S., Lima, R. C. R., Almeida, S. S, Fonseca, R. M. C, Pas, P. P., & Ferreira, M. E. C. (2018). Efeito da ansiedade competitiva sobre a tomada de decisão do passe em atletas de futebol da categoria sub-17. *Paideia*, 28(69): 1-7.
- Gimenes, M., Vasconcelos, J. R., & Fernandes, H. M. (2012). Relação entre orientações motivacionais, ansiedade e autoconfiança, e bem-estar subjetivo em atletas brasileiros. *Motricidade*, 8(3): 4-18.
- Hernandez, J. A. E., & Gomes, M. M. (2002). Coesão grupal, ansiedade pré-competitiva e o resultado dos jogos em equipe de futsal. *Revista brasileira de ciências do esporte*, 24 (1): 139-150.
- Machado, A. A. (2006). *Psicologia do Esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo*. São Paulo: Guanabara Koogan.
- Machado, T. A., Paes, M. J., Alquiery, S. M., Osiecki, A. C. V., Lirani, L.S., & Stefanello, J. M. F. (2016). Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. *Revista brasileira educação física e esporte*, 30(4): 1061-1067.
- Moura, M. C. A. R., Silva, T. N., Assis, M. L. R., Costa, L. C. A., Amorim, A. C., Fiorese, L.,...Contreira, A. R. (2019). O relacionamento com

o treinador pode afetar a motivação de atletas paranaenses de futsal?.
Saúde e Pesquisa, 12(1), 29-38.

Nascimento Junior, J. R. A., Balbim, G. M., Vissoci J. R., N., Moreira, C. R., Passos, P. C. B., & Vieira, L. F. (2016). Análise das relações entre ansiedade-estado e coesão de atletas de handebol. *Psicologia teoria e prática*, 18 (2): 89-102.

Prates, M. E. F. (2015). A paixão pela atividade docente de professores universitários de Educação Física (Tese de doutorado). Universidade Estadual de Maringá, Maringá, Paraná, Brasil.

Samulski, D. *Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas* (2ª ed). Barueri: Manole Ltda.

Sousa, M. A. P., Teixeira, R. B., & Lobato, P. L. (2012). Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. *Revista de educação física*, 23 (2): 195-203.

Sousa, M. A. P., Teixeira, R.B, & Lobato, P. L. (2012). Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. *Revista de educação física*, 23 (2): 195-203.

Tavares, F. M. (2015). Influência dos níveis de Ansiedade em diferentes categorias do Futsal Escolar. *Revista brasileira de futsal e futebol*, 7(27): 462-466.

Teixeira, P. (2011). *Paixão no Desporto - Orientação Motivacional e Tipo de Paixã o em jovens Atletas federados em futebol de 11 e futsal* (Tese de doutorado). Escola Superior de Desporto, Instituto Politécnico de Santarém., Santarém, Portugal. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10400.15/1072>.

Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2012). *Métodos de pesquisa em atividade física* (6a ed). Artmed: Porto Alegre.

Vallerand, R. J., & Miquelon, P. (2007). Passion for sport in athletes. In: Lavalley, D., & Jowett, S. (Eds), *Social psychology in sport* (pp. 249–262). Champaign, IL: Human Kinetics.

Vieira, L. F., Mizoguchi, M. V., Contreira, A. R., Passos, P. C. B, & Costa, L. C. A. (2015). Modelo dualístico da paixão: um olhar no processo de aderência ao esporte. In: Nascimento, J. V., Sousa, E. R., Ramos, V., & Rocha, J. C. S. (Eds). *Educação Física e Esporte: Convergindo para novos caminhos* (pp. 514-526). Florianópolis: Udesc.

Vieira, L. F., Vissoci, J. R. N., Oliveira, L. P., & Vieira, J. L. L. (2010). *Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia*. *Psicologia em estudo*, 15(2), 391-399.

Vilela, C., & Gomes A. R. (2015). Ansiedade, Avaliação Cognitiva e Esgotamento na Formação Desportiva: Estudo com Jovens Atletas, *Motricidade*, 11 (4): 104-119.

Voser, R. C., & Giusti, J. G. (2015). *O futsal e a escola: uma perspectiva pedagógica* (2a ed). Porto Alegre: Artmed.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2016). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício* (6a ed). Porto Alegre: Artmed.

Sobre o autor

Carlos Henrique Prado Coelho Morais

Universidade Estadual de Maringá - UEM, Paraná - PR, Brasil

Andressa Ribeiro Contreira

Universidade do Estado do Amazonas - UEA, Manaus - AM, Brasil

Isabela Martins Mucio

Universidade Estadual de Maringá - UEM, Paraná - PR, Brasil

Paulo Vitor Suto Aizava

Universidade Estadual de Maringá - UEM, Paraná - PR, Brasil

Lenamar Fiorese

Universidade Estadual de Maringá - UEM, Paraná - PR, Brasil

Adolpho Cardoso Amorim

Universidade Estadual de Maringá - UEM, Paraná - PR, Brasil

Contato

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Carlos Henrique Prado Coelho Morais

E-MAIL

chpcm@hotmail.com